CONŢINUT

Introducere:

1 - Suntem făcuţi din lumină.

2 - Cum arată Aura ta? Ce este Aura? De ce este importantă?

3 - Ştiinţa întâlneşte necunoscutul. Întâlnire cu pionierii Aurei: Nikola Tesla, Dr .Walter Kilner, Oscar Bagnall şi soţii Kirlian.

4 - Tehnologia şi energia se întâlnesc. Cercetări recente în domeniu: foto Kirlian, Dr. T. Moss, V. Hunt şi B. Brennan.

5 - Fotografia imaginii Aurei - vizualizarea emoţiilor în culori.

6 - Culorile Aurei tale. Cum radiază Aura ta. Ce înseamnă diferitele culori din Aura ta.

7 - Interpretarea culorilor Aurei cu ajutorul fotografiei imaginii Aurei. Înţelegerea diferitelor culori.

8 - Cristalele şi Aura. Cum pot cristalele sa ne energizeze şi sa ne influenţeze viaţa.

9 - Culorile Dragostei. Cele 6 culori de bază ale Aurei. Semnificaţia lor în relaţiile noastre.

10 - Joaca cu culorile. Cum să foloseşti culorile în avantajul tău – conştientizare, creşterea vitalitatii spirituale şi a energiei de zi cu zi.

11 - Chakrele - Cercuri de culoare şi lumină. Cele 7 puncte energetice ale fiinţei umane, şi influenţa lor asupra vieţii noastre.

12 - Jocurile conştiinţei energetice. Cum să-ţi conştientizezi energia şi să o transmiţi Universului interconectat în care trăieşti.

13 - Experimente şi experienţe Aurice. Întâmplări şi experienţe Auristice spuse de cercetători - experţi: Aljadin, J. Dye, C. Goodin, C. Beltz, R. Heringa, Jupiter, C. Hilderbrand, C. Bruce.

14 - Cum să percepem Aura. Exerciţii simple pentru stimularea clarviziunii pentru a începe vizualizarea Aurei. De ce ne "blocăm" intuiţia.

15 - Percepţiile Aurice. Tehnici mai avansate pentru a vedea Aura, inclusiv meditaţia la lumina lumânării.

16 - "Curăţarea" câmpului Auric. A da şi a primi energie. Cum să ne revitalizăm Aura şi să ne eliberăm de energiile negative.

CUVÂNT ÎNAINTE

Perceperea şi Măsurarea Aurei Umane

B. Payne
Psiholog, Fizician şi inventator
Santa Cruz, California

Aura este văzută de secole, chiar milenii. De câteva ori am văzut Aura altei persoane. A fost o întâmplare foarte ciudată, când ţineam o şedinţă de auto-hipnoza prin masaj, cu un grup de 12 persoane. 4 din cei 12 şi eu, am văzut Aurele colorate şi chiar fiecare dintre noi a văzut aceleaşi culori. Aura era strălucitoare, ca lumina unui neon, dar mai puţin intensă. Culorile erau foarte vizibile în lumina strălucitoare a soarelui. Cei 4 care au văzut culorile, au remarcat că atunci când o persoană masează o alta persoană, pe corpul acesteia din urmă se formează o bandă colorată. Diferite persoane au produs culori diferite pe corpul persoanelor masate. După câteva ore, abilitatea de a vedea Aura dispare treptat. Oricum, fiecare om are propriile simţuri. Oricare ar fi abilitatea ta de a vedea Aura, dacă este sau nu o abilitate naturală nu contează, pentru că aceasta poate fi dobândită prin practică.

Cât despre faptul că Aura a fost văzută în acelaşi timp de mai multe persoane, mi-a dat prilejul să descopăr un dispozitiv care măsoară (valori numerice) şi detectează orta din jurul corpului nostru. Aceasta ortă se poate corela cu Aura pe care unii o pot vedea tot timpul (acest dispozitiv nu măsoară, dimensionează culorile Aurei). Orta în discuţie pare să fie una de rotaţie, aşa ca un pendul atârnat deasupra corpului, se va roti. În mod normal, pendulul se va roti spre dreapta, sau în sensul acelor de ceasornic dacă privim de deasupra capului. În timpul activităţii solare maxime, această forţă va fi mai puternică. În Luna plină, rotaţia îşi schimbă direcţia, doar temporar! Legătura forţei Aurei din jurul corpului cu activitatea Solară şi cu activitatea câmpului magnetic al Pământului, adaugă altă dimensiune analizei Aurei umane. Prin rezonanţă, oamenii pot fi conectaţi cu întregul Sistem Solar.

Bineînteles, Aura unei persoane nu este doar rezultatul

activităţii Pământului şi Soarelui. Noi, oamenii, avem propria contribuţie, propria forţă, care se combină cu forţele externe pentru a crea Aura. De exemplu, când o persoană este relaxată (meditează sau este liniştită), forţa virtuală centrifugă din jurul corpului fizic este foarte slabă. Când o persoană este stimulată, enervată sau anxioasă, forţa centrifugă ia amploare. Când energia unei persoane este scăzuta, şi forta centrifugă este scăzuta.

Noile instrumente ale ştiinţei, au dus la noi descoperiri. Sunt foarte mulţi factori interesanţi şi aspecte ale Aurei umane pe care o persoană, o companie mica şi chiar un laborator de cercetări foarte bine dotat, să nu le poate acoperi şi analiza în totalitate. Fiecare îşi poate aduce propriul aport în acest domeniu, pentru a aprofunda şi a înţelege Aura umană. Cine ştie cum descoperirile voastre pot stimula minţile altora - ajutaţi-i să le ducă mai departe.

INTRODUCERE

Spitalul Viitorului

Guy Coggins,
inventatorul ”Aura Camera 6000”

Întotdeauna m-am considerat un visător, vizionar şi creator. Poate că cel mai măreţ vis al meu este o lume în care să nu existe frică. În zilele noastre prea mulţi oameni suferă fără motiv. Din acest motiv mă pun în slujba viitorului ştiinţific şi tehnologic, al spiritualităţii fiinţei umane, deoarece fuziunea acestor factori va duce la modelarea unei lumi mai bune.

În ceea ce priveşte acest vis, cred că în viitor, spitalele vor fi o combinaţie între tehnici chirurgicale moderne şi echilibrarea energiei spirituale. Să spunem că ţi-ai sucit încheietura mâinii când jucai tenis. Intri în spital, iar un consilier spiritual îţi

evaluează energia. Această persoană instruită în domeniu, îşi foloseşte intuiţia şi simţurile pentru a-ţi evalua afecţiunea. Practicantul percepe în jurul încheieturii puţin roşu şi puţin albastru. Îşi plimbă palma în jurul încheieturii tale şi prin Aura ta. Îţi cuprinde apoi cu grijă încheietura şi te simţi imediat mai bine. Consilierul introduce observaţiile în computer: "Arată ca un ligament deplasat". Te trimite apoi la Radiologie pentru a identifica eventualele fracturi.

Mergi apoi la CRM - camera de rezonanţă magnetică. În viitor CRM-ul va reda pe un monitor nu numai corpul fizic ci şi energiile din jurul acestuia, sub formă de culori. Pe un monitor 3D (tri-dimensional), medicul va vedea o entorsă, un ligament deplasat, înconjurat de nori de culoare roşie. Medicul va aplica o procedură mecanică blândă pentru a repoziţiona corect ligamentul. După repoziţionare, pe monitor vei vedea că în jurul încheieturii apar câteva culori mai reci. Un tratament homeopat îţi va fi prescris pentru a-ţi calma durerea şi a reduce inflamaţia. Tot medicul te va sfătui să vorbeşti cu un consilier spiritual pentru a afla cauzele producerii accidentului.

Împreună cu consilierul, vei afla că în subconştientul tău îţi doreai să te accidentezi pentru a putea sa-ţi iei o zi liberă de la serviciul tău stresant şi plictisitor, pe care de fapt îl urăsti. În final decizi să-ţi cauţi un alt job, care să te reprezinte în mai mare măsură, o poziţie în care să te simţi mai bine, şi de ce să nu te şi distrezi?!

În viitor, un medic generalist, va putea folosi culorile de pe un panou pentru a face informaţiile mai uşor de înţeles pacienţilor săi.

Un nou mod de a vedea energia umană

Am devenit interesat de mişcarea "New Age" datorită fotografiei Kirlian. Am aflat că a fost descoperită o cameră foto care captează Aura, în Rusia în 1930. Această cameră foto putea fotografia energia - sau descărcarea coroanei - din vârfurile

degetelor de la mâini şi picioare. În acea perioadă practicam meditaţia şi Yoga. Interesul meu în domeniul Aurei era mistic, spiritual şi ştiintific. Mi se părea normal să pun laolaltă toate informaţiile pe care le aveam din diferite domenii. În 1970 mi-am construit prima mea cameră foto Kirlian. Ştiam că pot emite energie prin palme, şi vroiam să demonstrez acest lucru ştiintific. Am descoperit că puteam să obţin o fotografie Kirlian mai strălucitoare a degetelor mâinii, doar prin forţa voinţei, prin concentrare. Puteam modifica intensitatea strălucirii Aurei din jurul degetelor mâinii! A fost un moment nemaipomenit! Chiar am crezut că am fost înzestrat cu un dar divin - până când prietenii mei mi-au arătat că pot obţine imagini mai strălucitoare decât ale mele! A fost o lecţie de umilinţă umană!

Pentru mine a fost cel mai potrivit moment pentru a dezvolta tehnologia existentă într-un sistem ce ar fi putut să redea câmpul energetic din jurul corpului fizic. Acest sistem poate ajuta oamenii sa vadă ce se întâmplă în spaţiul lor personal, ceea ce ar putea însemna pentru ei primul pas spre schimbare. Ca inventator, idealul meu este să fac cunoscută aceasta tehnologie, astfel încât toata lumea să înveţe să spună adevărul. Toţi avem idealuri imposibile, irealiste! Acestea vin din media, din familiile noastre, de la prieteni sau angajatori, din relaţii sau în general din societate. Cu cât dorinţa de a ni le îndeplini este mai mare, cu atât mai inconştienţi devenim. Ca rezultat, în viaţă ne îndreptam mai mult spre ce *ar trebui* să facem, decât spre *ce vrem cu adevărat.* Dacă acest *ar trebui* ar putea fi văzut în spaţiul personal, atunci am putea să alegem în mod conştient modul în care să acţionăm. În viaţă ne putem alege ce ne dorim să facem. Lucrarea de faţă este un prim pas nepreţuit în acest sens. Joacă-te cu ea - ca o jucărie de grădiniţă - construieşte-ţi spiritul şi învaţă să descoperi cine eşti de fapt. Când începi să-ti dezvolţi intuiţia, începi să-ţi descoperi propriul adevăr. Răzbeşti prin toate iluziile care te-au ţinut prizonier, fără ca măcar să-ţi dai seama.

Când realizăm că totul vine din interior, vom înţelege că toată dragostea, pacea şi fericirea din Univers sunt în interiorul fiinţei umane şi asteaptă să fie exprimate. Aşa este când

descoperim adevărata bucurie. O putem dobândi, este simplu. Învăţând despre propria Aură, începi să vezi şi să apreciezi splendoarea unică şi profundă a propriei energii. Faimoasa profesoară spirituală Patricia Sun, a exprimat această idee foarte bine în rugăciunea ei: "Dă-mi voie să-i permit energiei Divine să curgă în noi, să vibreze cu noi, să se pogoare şi să radieze din noi - sub forma noastră."

Când veţi conştientiza propria Aură, de energia celorlalte fiinţe umane şi de situaţiile din jurul vostru, atunci veţi putea trece limita inconştientului. Vei intra într-o nouă realitate a conştientizării şi vei face alegeri mai bune în viaţă.

SUNTEM FĂCUŢI DIN LUMINĂ
-1-

"Eşti copilul Universului, nu mai puţin decât copacii şi stelele, şi ai dreptul să fii aici. Chiar dacă îţi este sau nu clar, nu este nici un dubiu că Universul ţi se arată aşa cum ar trebui"

Max Ehrmann, "Deziderata"
1692

De fapt, ce este Aura?

"Astăzi el este de-a dreptul strălucitor", "Străluceşti ca un Pom de Crăciun!", "Avea aşa o energie pozitivă!", "Pur şi şimplu radiază de bucurie". Ai folosit vreodată aceste expresii pentru a caracteriza pe cineva? A folosit cineva aceste cuvinte pentru a vorbi despre tine? când oamenii folosesc acest limbaj, de fapt îţi descriu câmpul energetic - Aura ta.

Aura este un câmp energetic care radiază din şi în jurul tuturor fiinţelor vii. Oamenii de stiinţă, psihologii şi consilierii spirituali, toţi au perceput Aura în diverse feluri. Noi, oamenii, avem o Aură proprie, ca şi animalele şi chiar plantele. Autoarea şi

profesoara Barbara Brennan, un fost meteorolog la NASA, vorbeşte în lucrarea sa "*Palmele luminii*", despre imaginea Aurei copacilor:

"Când am început să mă plimb prin păduri legată la ochi, simţeam copacii înainte să-i ating cu mâinile. Am realizat că erau mult mai mari, decât percepuţi vizual. Copacii au câmpuri de energie în jurul lor, şi eu am simţit acele câmpuri"

Cum explora lumea înconjurătoare în joacă, Brennan şi-a descoperit abilitatea de a vedea energia - de a vedea Aura: " Mai târziu am învăţat să văd câmpul energetic al copacilor şi al vieţuitoarelor mici. Am descoperit că totul are în jurul său un câmp de energie, care într-un fel seamănă cu lumina unei lumânări."

De ce ar trebui să învăţăm mai multe lucruri despre Aură?

Aura ta este extensia a ceea ce reprezinţi tu fizic. Pentru un clarvăzător, Aura ta etalează volume întregi despre unde ai fost, ce ai realizat în viaţă şi încotro te îndrepti. Aura îţi dezvăluie adevărata identitate, personalitate, cum interacţionezi cu ceilalţi oameni, şi cum te porţi cu propria persoană.

Acţiunile, gândurile şi emoţiile tale sunt toate prezente în Aura ta. Cu cât devii mai conştient de propria Aură, poţi să înveţi mai multe despre tine şi să evoluezi aşa, cum mulţi oameni nici măcar nu au visat.

Imaginează-ţi pentru un moment că nu poţi trece peste o relaţie care tocmai a luat sfârşit. Oriunde mergi, nu te poţi abţine să nu te gândeşti la acea persoană. Îl vezi sau o vezi în visele tale - de fapt vezi acea persoană ori de câte ori închizi ochii să te relaxezi. Nu poţi să nu te întrebi "ce ar fi fost dacă...". Treci printr-o perioadă de adâncă suferinţă şi experimentezi o pierdere.

Când eşti foarte conştient de energia din jurul tău, poţi realiza că imaginile mentale continue ale fostului / fostei partener / partenere, sunt de fapt puseuri din energia lor, care încă rezistă

în spaţiul tău - în Aura ta. Poate că atenţia acelei persoane încă mai este îndreptată spre tine, şi tu simţi acest lucru. Liniile energetice ale comunicării încă funcţionează între voi.

Să-ţi găseşti propriul drum

Când devii mai conştient de energia ta, poţi să spui care este calea cea mai potrivită pentru tine. Să spunem că ţi se fac doua oferte de serviciu. Compania 1 te plateşte mai puţin, dar pare mai interesantă. Îţi plac oamenii de acolo, şi se pare că se distrează. Compania 2 este mai cunoscută, plăteşte mai mult şi are un profit considerabil. Totuşi, ai sentimentul ca aici atmosfera nu este prietenoasă iar oamenii par stresaţi. Ce vei alege? Mulţi dintre noi vom alege bani mai mulţi şi poziţie mai bună, ignorând intuiţia, şi anume presentimentul că ceva nu este în regulă cu Compania 2.

Şi daca vei încerca să evaluezi energia celor din jurul tău? Vei putea vedea Aura angajaţilor Companiei 1 şi cum interactionează fiecare cu Aura ta. Din strălucirea şi intensitatea Aurei lor vei putea observa imensul succes pe care acea companie îl are. Privind mai atent la Compania 2, vei observa că supervizorul ascunde ceva. Cum? Pentru că poţi să vezi cum Aura sa variază de fiecare dată când el vorbeşte despre viitorul luminos al Companiei. Poţi vedea culoarea gri, ceea ce înseamnă energie negativă şi nefericire în Aura angajaţilor. Ce vei alege după toate acestea?

"Totul este bine şi în regulă" poţi gândi, dar "Nu am perceput nici o Aură. Nu aş putea percepe energiile în acest fel niciodată." Nu este chiar aşa. Aura ta este parte din tine, şi vei vedea în curând că este o afirmaţie adevărată. Eşti capabil să înveţi mai multe despre propria Aură, să o înţelegi, să o percepi, precum şi posibilitatea de a percepe câmpurile energetice ale altor persoane. Această abilitate este nativă - există în interiorul tău. Vei descoperi că este mai bine să simţi energia decât să o vezi, şi invers. Sau, poţi descoperi că ai învăţat ceva. Pentru fiecare dintre noi, abilităţile intuitive se manifestă în mod diferit.

Pe măsură ce vei citi această carte, notează ce simţi.

Acceptă posibilitatea că poţi percepe lumea mai profund. Poţi trece prin coincidenţe stranii, sau în mod conştient vei emite fascicule de energie - în mod special când vei face exerciţiile de la sfârşitul cărţii.

Unul dintre cele mai importante motive pentru care oamenii nu pot fi "mediumuri", este că nu îşi permit să conştientizeze ceea ce se întâmplă în jurul lor. Ei închid uşile în faţa intuiţiei, pentru că în mod inconştient consideră ceea ce simt, greşit şi periculos. Aceste interpretări pot fi adânc inoculate încă din copilărie. Aveţi aşadar răbdare cu voi înşivă. Acordaţi-vă şansa să vă priviţi şi altfel viaţă.

În această carte vă vom arăta cum să începeţi să percepeţi Aura. În final, vei învăţa despre culorile şi energiile Aurei tale, şi ce spun ele despre tine.

CUM ARATĂ AURA TA
-2-

"*Întreaga operă a lui Einstein arată că ceea ce noi percepem ca materie solidă, este în mare măsură un spaţiu gol, înconjurat de energie. Definiţia ne include şi pe noi.*"

James Redfield, "Profeţia Cereasca"

Universul tău personal

Imaginaţi-vă un spaţiu invadat de lumină. Energia curge şi se disipă în şi prin el, în culori strălucitoare. Energia vieţii te înconjoară în timp ce tu stai în centrul acestui spaţiu. Acest spaţiu este Aura ta: universul tău personal. Este protecţia ta şi spaţiul tău de joacă. Este un spaţiu în continuă mişcare şi transformare, tot aşa cum tu te mişti şi te transformi neîncetat.

Aurele sunt colorate în toate culorile curcubeului. Ca medium, am descoperit că Aura umană se compune din 7 nivele. Culorile şi energiile Aurei se pot modifica într-o perioadă scurtă de

timp, dar există o culoare de bază, sau o combinaţie de culori constantă. Aceste culori sunt de fapt semnătura ta. Gândeşte-te la ele ca la "culorile tale preferate", sunt personalitatea ta, şi te fac deosebit pentru că îţi reflectă experienţa de viaţă.

Culorile de bază din Aura ta pot evolua în timp ca şi tine. Gina Allan, de formaţie naturalistă, fostă călugărita Budista, şi cea care a înregistrat vânzări record cu volumul *"Darurile Spiritului"*, spune că i s-au modificat culorile Aurei o dată cu evoluţia personală:" În ultimii 15 ani, am observat schimbări în ceea ce priveşte culorile spirituale ale Aurei mele. Aceste culori mi-au fost confirmate de un prieten care poate vedea Aura... Acum 50 de ani, în Aura mea se putea vedea un verde foarte pal, ceea ce indica abilităţi de clarvăzător. Astăzi, acea nuanţă se transformă în verde foarte adânc atunci când desfăşor activităţi energetice, sau când vorbesc despre acestea." Pentru Allan, verdele închis este abilitatea cultivată şi dezvoltată precum şi evoluţia ei ca persoană.

Aurele sunt flexibile deoarece sunt în permanentă schimbare. Mărime, culoare, textură şi densitate sunt relative şi se pot schimba în funcţie de starea ta de spirit şi de încercările la care te supune viaţa. În mod normal se foloseşte un clişeu. De exemplu, Dr. Valerie Hunt, cercetător la UCLA, a observat că femeile tind să aibă o energie mai puternică în partea superioara a corpului, iar bărbaţii au Aura mai pronunţată în jurul jumătăţii inferioare a corpului. Ca şi clarvăzător, am observat că oamenii care se gândesc deseori la viitorul lor, îşi deplasează Aura spre înainte. Cei care îşi petrec mai mult timp amintindu-şi trecutul, sau care nu vor să-şi planifice viitorul, au energia concentrată în partea din spate a corpului.

Tu ca fiinţă eşti unic(ă), deci şi Aura ta este unică. Unele Aure pot fi mai largi decât altele, unele pot fi mai rotunjite, sau pot avea forma unui ou. Nu există Aure tipice, deoarece noi suntem diferiţi. Aura ta se poate extinde spre exterior mai mult sau mai puţin. Unii oameni au Aura cât o casa!

Oamenii cu Aure restrânse tind să se piardă în mulţime la petreceri şi la alte evenimente sociale. Îşi strâng Aura atât de tare

în jurul corpului fizic ca să nu fie observaţi, iar cei cu Aure largi pot domina o întâlnire şi par puternici.

Vizualizarea Aurei în timp

Aproape fiecare cultură de pe Pământ atestă existenţa Aurei umane - sau a câmpului energetic. Medicina Chineză este atestată de mii de ani şi se concentrează pe curgerea Chi-ului, prin şi în jurul corpului. În India, practicanţii de Yoga şi cei ai iubirii tantrice, se bazează pe sistemul energetic uman al Aurei şi Chakrelor. Spiritualismul practicat în Brazilia, Filipine şi alte ţări, se bazează de asemenea pe faptul că suntem formaţi din energie mobila. Multe din aceste practici au o credinţă comună, cum că atunci când energia este manipulată şi modificată, poate duce la schimbări în corpul fizic.

Artiştii au pictat Aura umană cu multe secole în urma. Este de obicei asociată cu regalitatea sau figurile religioase. De la începuturile Creştinismului, Iisus, Maria şi Sfinţii au fost pictaţi înconjuraţi de Aură. În pictură, Fecioara Maria este redată cu lumina ce izvorăşte din interior, cu un halo de lumină ce-i înconjoară corpul. Razele de lumină ce o înconjoară se numesc în arta religioasă "nimb" sau "lumină radiantă", iar haloul este numit "aureolă". Ambele sunt părţi componente ale Aurei.

Nostradamus - Vizionar al Aurei

Una dintre povestirile mele preferate despre Aură, este cea pe care am auzit-o de la faimosul medium Dayle Schear. Această povestire este despre Michel de Nostradame, cunoscut sub numele de Nostradamus. Născut in 1503, Nostradamus era un medium extraordinar. În timpurile sale, era un medic respectat, care a salvat multe vieţi. Astăzi, ni-l aducem aminte prin predicţiile sale care sunt cu atât mai surprinzătoare cu cât par să se adeverească.

Nostradamus şi-a scris viziunile în versuri, ca să nu fie ars pe

rug ca eretic. Pe vremea aceea, cei cu abilitaţi deosebite, cei "mai altfel" decât majoritatea, erau consideraţi de către Inchiziţie, factori de risc. În ciuda poziţiei sale sociale, nu a fost ferit de procesele care-l acuzau de vrăjitorie - Regina Catherina de Medici, protectoarea lui, chiar l-a salvat o dată de la moarte, prin arderea pe rug!

Într-o zi, Nostradamus mergea pe drum şi s-a întâlnit cu un grup de Călugări Franciscani. Li s-a alăturat şi i-a atras atenţia un anume călugăr. Aura acestuia era aurie, splendidă, încât Nostradamus a izbucnit în plâns. Când Fratele Felice Peretti, călugărul în cauză, a trecut pe lângă Nostradamus, acesta a îngenunchiat în noroi şi i s-a închinat. Ceilalţi călugări erau nedumeriţi, pentru că fratele Peretti era fiul cel mic al porcarului satului. Nostradamus le-a spus că trebuie să se închine şi ei în faţa Sfinţiei Sale. Călugării au râs, şi-au continuat drumul, şi au povestit întâmplarea cu doctorul nebun şi altora. În urma acestei întâmplări, Tânărul Peretti a fost tachinat ani în şir.

Patruzeci de ani mai târziu, Fratele Felice Peretti a devenit Sfinţia Sa Papa al VI-lea. Nostradamus nu a trăit să-şi vadă predicţia devenita realitate, el a murit cu douăzeci de ani înainte ca Peretti să îmbrace roba papală.

Realitatea cuantică

Nu trebuie să fii medium ca să vezi Aura - în mod sigur nu trebuie să fii un Sfânt ca să ai aşa ceva! În ultimii 100 de ani, oamenii de ştiinţă au descoperit ceea ce misticii şi clarvăzătorii ştiau cu secole înainte: toate fiinţele vii de pe Pământ emit energie.

Această energie poate fi măsurată cu instrumente, şi în prezent ea chiar poate să fie reprezentată pe film/peliculă. Oamenii de ştiinţă afirmau că suntem materie solidă, care la rândul ei înseamnă particule tot solide. În zilele noastre ei descoperă cu ajutorul fizicii cuantice, că suntem creaţi din câmpuri magnetice. Lucrarea lui Gary Zukov "*Maeştrii WuLi*" este o explorare a fizicii cuantice, uşor de citit şi asimilat pentru un

cititor oarecare, care vrea doar să afle mai multe în domeniu, deci nu este un specialist.

Dr. Valerie Hunt, a studiat Aura mai bine de 20 de ani. În cartea sa "*Mintea Infinitului: Ştiinţa vibraţiilor umane*", autoarea concluzionează: "În urma cercetărilor mele, nu mai pot considera corpul uman un sistem organic sau ţesuturi. Corpul uman este un flux, un câmp energetic electrodinamic interactiv."

Cu alte cuvinte, suntem făcuţi din energie şi spaţiu. Energia ce ne constituie corpul este destul de densă pentru a putea fi văzută şi atinsă. Este solidă. Aura este "mai uşoară", mai puţin densă, şi în concluzie nu este uşor percepută de ochiul fizic uman. Aproape fiecare dintre noi poate simţi energia Aurei cu ajutorul palmelor. Trebuie doar puţină practică.

"Dă-mi voie să-ţi echilibrez Aura"

Prima mea "întâlnire" cu Aura s-a întâmplat la Universitatea Santa Clara, un colegiu foarte conservator din Carolina de Nord. O profesoară de limba engleză a dat buzna în cancelarie, unde eu lucram cu jumătate de normă, şi m-a rugat să-i dau voie să-mi echilibreze Aura. Profesoara lua ore de meditaţie şi avea nevoie de un subiect căruia să-i echilibreze Aura. Aceasta îi era tema pentru acasă!

Deoarece sunt fiica unui inginer, am fost crescută în spirit stiinţific, sceptic, în regiunea Silicon Valley. Această parte ştiinţifică o consider pozitivă, dar ceva din interiorul meu a fost încântat de entuziasmul profesoarei, aşa că am acceptat rugămintea. Şi-a plimbat palmele în jurul capului şi corpului meu, şi simţeam aceste muşcări deşi ţineam ochii închişi. Spre surpriza mea, după finalizarea procedurii, m-am simţit mai stabilă şi energizată. Câţiva ani mai târziu, după întâmplarea de la colegiu, am intrat în Clinica Psihiatrică Berkeley din Carolina de Nord, şi am observat că se practicau activităţi similare de inducere a energiei prin intermediul palmelor. În câteva săptămâni am învăţat cum să simt Aura cu palmele. Acea experienţă mi-a schimbat pentru totdeauna viziunea despre viaţă. Am învăţat să

folosesc abilităţile psihice, cum ar fi clarviziunea şi telepatia. Am mai descoperit că fără să-mi dau seama, eu *deja foloseam* aceste abilităţi.

Chiar dacă aceste abilităţi sunt talente native psihice, totuşi nu sunt foarte deosebite de abilităţile comune cum ar fi cântatul la pian sau înotul. Cum am menţionat în primul capitol, toate fiinţele umane îşi pot simţi propria energie - este parte a corpului uman. Totul depinde de gradul de conştientizare a întâmplărilor din jurul tău. Ca şi alte activităţi, cu cât exersezi mai mult într-un domeniu, cu atât mai bun vei deveni în acel domeniu. Poţi descoperi că o abilitate te caracterizează în mai mare măsura decât altele - de exemplu poţi să fii mai bun în perceperea emoţiilor altor persoane, şi să ai rezultate mai slabe ca şi clarvăzător.

Perceperea energiei

În timpul unei discuţii în contradictoriu, ai auzit expresia "muşcă-te singur"? Îmi amintesc o situaţie în care o colegă de serviciu a venit la mine să se plângă că de fiecare dată când sta de vorbă cu Stacy (care lucra în departamentul meu), simte că parcă ar fi atacată de un rechin! Şi nu exagera în exprimare! Stacy se pricepea "să muşte" din energia oamenilor, atunci când intra în conflict cu aceştia. Ea era supărată pe viaţă şi simţea că toată lumea îi datora ceva. Aşa că, pur şi şimplu îşi lua singură ceea ce avea nevoie - anume, o parte din energia forţei de viaţă a celorlalţi. După confruntarea cu Stacy, oamenii plecau cu goluri imense în propria Aura. Ai vreo 'Stacy" în viaţa ta?

Poţi să observi singur că unii oameni strălucesc mai tare ca alţii. Ceva în ei străluceste. Se întâmplă de obicei din cauză că au mai multă energie - Aura lor este mai largă şi mai clară decât a majorităţii oamenilor. Când văd acest lucru, de obicei înseamnă că persoana respectivă este fericită, şi face ceea ce i-a fost sortit să facă. Îmi mai sugerează şi că acea persoană are mare grijă de propriul corp fizic. Când te îndragosteşti, acel sentiment fierbinte şi confuz, este o combinaţie a propriei Aure şi a Aurei pereche.

Poţi observa că atunci când sunteţi departe unul de celălalt, puteţi totuşi să vă simţiţi energiile, şi chiar să vă vedeţi reciproc cu ajutorul ochilor minţii, atunci când ochii fizici sunt închişi. Un prieten al meu, s-a trezit într-o dimineaţă convins că partenera sa se afla fizic lângă el (a spus că îi putea simţi chiar şi căldura trupului) dar şi-a adus aminte că ea era plecată din oraş, într-o calatorie de afaceri! Ai avut vreodată această senzaţie?

Vibraţiile pozitive

În 1960 oamenii vorbeau despre vibraţii. Ai vibraţii bune sau rele, dar în mod sigur le ai! Cuvântul "vibraţie" se referă de fapt la energia ta, la Aura ta. Poate că încă nu poţi vedea Aura cu ochii fizici, dar în mod sigur simţi energia. Noi toţi percepem energia în fiecare zi.

Din această cauză, două persoane care arată şi se îmbracă la fel, vor fi percepute deseori ca fiind diferite. Când întâlneşti pe cineva pentru prima dată, "prima impresie" pe care o ai este o combinaţie de caracteristici fizice şi energie a acestei persoane. De exemplu, intri într-un showroom pentru a-ţi cumpăra o maşina. Sunt acolo doi agenţi de vânzări, şi îi vezi înainte ca ei să te vadă pe tine. Amândoi poartă costume bleumarin şi cravată roşie. Ambii au părul castaniu. Privindu-i, îţi dai seama că cel din stânga este mai realist, mai "cu picioarele pe Pământ", un tip cu care se poate lucra mai uşor decât cu celălalt agent. Ceea ce ai făcut, a fost să percepi energiile ambilor agenţi, câmpurile lor Aurice, şi ai luat o decizie bazată pe observaţii!

De ce avem Aura

Aura ta este de fapt energia forţei tale de viaţă. Tu, ca spirit nemuritor, eşti respiraţia vieţii ce-ţi animă corpul fizic. Etimologic, cuvântul "spirit" provine din latinul "spiriduş", care înseamnă "respiraţie". Aura ta este o extensie a ta ca spirit şi trup. Deseori, emoţii puternice sau evenimente importante ţi se vor arăta în Aură înainte ca acestea să aibă loc fizic în viaţa ta. În eseul său,

numit "Aure", Edgar Cayce aminteşte de un prieten care nu prea purta altceva decât haine albastre. Albastrul este o culoare de baza a Aurei. Brusc, el a început să poarte accesorii maro şi roşii (cravate şi batiste). Cayce a observat că energia roşie a început să fie tot mai prezentă în Aura lui. A devenit mai nervos şi a început să muncească din greu. Prea mult roşu poate duce la anxietate şi suprastimulare! Această persoană a obosit foarte tare. Pe măsură ce se extenua, Aura sa devenea predominantă gri. A început să-şi recapete energia atunci când s-a întors la albastru.

Corp, minte, aură, spirit - toate alcătuiesc un întreg, pe tine. Un dezechilibru din vreo parte poate crea disfuncţii în cadrul întregului. Este foarte important să ştii când a început problema şi de ce, pentru a putea fi remediată. Multe din problemele noastre au la bază factorul emoţional. Cartea lui Louise Hay "*Iţi poţi vindeca viaţa*" este o resursă excelentă din care poţi învăţa natura problemelor din viaţa ta. Prin clarificarea cauzei, reduci şansele ca acel model să te mai afecteze pe viitor.

O Aură vibrantă, poate funcţiona ca un câmp protector al spaţiului personal. Când Aura este încărcată şi strălucitoare, problemele "personale" par să dispară, să iasă din cadru. Noi tindem să uităm zilele mai puţin bune. Sunt şi zile în care nu ne poate doborî nimic. Nu contează ce se întâmplă, sau ce spun ceilalţi, tu te distrezi şi viaţa este superbă. În acest fel tu simţi când Aura ta este strălucitoare şi expansivă. Acesta este nivelul tău obişnuit şi echilibrul tău energetic. Când energiile Aurei nu se mai deplasează, ele pălesc, se deteriorează din cauza stresului provocat de o întâlnire cu o persoana ca Stacy, şi protecţia ta slăbeşte. Poţi obosi, sau Aura ta poate fi scăldată de energie în măsura în care intervine conştientizarea. Când te opreşti şi-ti verifici Aura, poţi să vezi cât de vibrantă este. Vezi în acest sens capitolele cu exerciţii pentru Aura ta, de la sfârşitul acestei cărţi.

Experimente

Plantele au şi ele Aura lor, spun cercetătorii. Aura plantelor

este destul de slabă atunci când suferă traume. În cartea sa "Probabilitatea Imposibilului", Dr. Thelma Moss discută experimentele realizate pe plante. Dr.Moss a fotografiat frunzele plantelor cu aparatul Kirlian, o tehnică descoperită în Rusia în 1930. Prin această tehnologie se poate vedea Aura, sau câmpul energetic din jurul frunzelor, din jurul vârfurilor degetelor şi din jurul obiectelor mici. Prima fotografie, a unei frunze abia rupte dintr-o plantă, arată energie vibrând şi radiind în interiorul şi în jurul frunzei. Aceeaşi frunză tăiata, trei zile mai târziu, arată o energie mai scăzută pentru că nu mai primise nutrienţi de la planta mamă. Cincisprezece zile mai târziu, frunza era moartă virtual, ne mai având energie nici în interior, nici în jurul ei.

Manifestarea viselor în Aură

Aura ta este terenul tău de joacă. Este Universul tău personal, unde te manifeşti aşa cum vrei (BPI 1989). Mulţi oameni caută în exterior ceea ce îşi doresc în viaţă - se gândesc că altcineva îi poate ajuta să obţină ceea ce vor. Adevărul este că în viaţă, totul este generat de propria Aură. Nu poţi obţine din exterior, din "lumea reală", ceva căruia nu i-ai creat un spaţiu propriu în interiorul tău, în tine însuţi.

Este o afirmaţie îndrăzneaţă, dar pe care am probat-o din când în când prin lecturi. Un cuplu care credea că propria afacere va da faliment, a creat o imagine mentală a falimentului care apoi a fost transpusă în propriile Aure. Mai devreme sau mai târziu, imaginile mentale s-au adeverit, iar afacerea a căzut.

Imaginile mentale sunt cele pe care le vezi în mintea ta când te gândeşti la cineva anume, un anume loc sau obiect. Pot fi amintiri, dorinţe sau telepatie cu altă persoană (BPI 1989). Deseori experimentez aceste imagini când vizitez case vechi sau muzee. Am vizitat Muzeul de Artă Asiatică în San Francisco pentru a vedea o expoziţie de covoare vechi turceşti. În timp ce mă plimbam printre covoare, am văzut cu ochii minţii, imaginea oamenilor aşezati pe acele covoare, luând cina, discutând şi certându-se. Am văzut energiile acelui secol, încă prezente pe

acele covoare. Aşa "vede" un clarvăzător.

Imaginile mentale se pot crea în mintea ta, ca apoi să fie transferate câmpului energetic din jurul corpului tău fizic - Aurei tale. Dacă îţi imaginezi că te vei îngrăşa, invariabil vei stoca undeva această imagine. Apoi, ori de câte ori te vei uita în oglindă, subconştientul tău va vedea imaginea negativă şi o va întări, pentru ca să-ţi spui: "Vezi, ştiam că sunt prea grasă!" Acesta este motivul pentru care multe persoane se îngraşă după o cură de slăbire - imaginile mentale negative pe care şi le creează despre propria persoană se întăresc, se înrădăcinează atât de tare în subconştient, încât le este foarte greu să scape de ele.

Poţi să stochezi şi imaginile pe care ţi le oferă alta persoană. Şeful îţi poate spune că ai făcut o treabă bună la un proiect. Îţi creează o imagine mentală că eşti bun în ceea ce faci, iar tu îţi creezi un refren din asta: "Bună treabă!" Iei această imagine şi o transferi în propria Aură, pentru ca data viitoare, când vei lucra la alt proiect să poţi gândi astfel: "Pot face asta, chiar foarte bine." Imaginea mentală funcţionează ca back up.

În propria Aură, noi putem înmagazina atât imagini pozitive cât şi imagini negative. Din moment ce Aura îţi este un fel de a doua piele, sau un fel de tricou favorit, înseamnă că trăieşti în mijlocul ei, a imaginilor stocate acolo, create de tine sau colectate de la ceilalţi. Nu te poţi abţine să nu "vezi" aceste imagini tot timpul, din moment ce te înconjoară în mod permanent. Când te concentrezi asupra unui lucru, îi dai viaţă, îi oferi substanţă.

Noi ne proiectăm gândurile, sau imaginile mentale în exterior, în lume. Realitatea "de afară", cea din exteriorul nostru, este creată pe baza acestor proiecţii. Dacă Aura ta conţine energia imaginilor produse de oamenii răi, atunci tu vei atrage acele persoane către tine. Dacă Aura ta conţine energia imaginilor produse de oameni cumsecade, atunci vei tinde să cauţi acest "bine" în toţi cei din jurul tău.

În lucrarea "Influenţabilitate: O Conştiinţă sănătoasă în Câmpul Tuturor Posibilităţilor", autorul Deepak Chopra M.D. (1993,28), vorbeşte despre circulaţia energiei în Universul nostru.

El redefineşte Regula de Aur: "Nu-i face altuia ce ţie nu-ti place." De fapt, el spune că atunci când îţi exprimi atitudinea, aceasta se va întoarce spre tine sub aceeaşi formă. Acţionaţi în consecinţă şi veţi primi înapoi chiar mai mult. "O incursiune în Miraculos" spune acelaşi lucru, dar în alt mod: "Proiecţia este percepţia. Lumea pe care o vezi este ceea ce ai oferit, nimic mai mult, dar nici mai puţin. Aşadar, pentru tine este importantă. Este martorul stării tale mentale, imaginea exterioară a realităţii tale interioare." Astfel, atunci când te exprimi pozitiv, Aura ta va împrumuta aceleaşi calităţi. Energia pozitivă din Aura ta, atrage evenimente pozitive, luminoase în viaţa ta.

Structura Aurei

Activând ca "medium", am descoperit că Aura este formată din 7 straturi principale, sau câmpuri de energie. Primele 3 câmpuri corespund corpului - se referă la alimentaţie, camin, bani, relaţii personale, câta energie ai nevoie în activitatile zilnice. Al 4-lea câmp, cel din mijloc, conectează spiritul cu corpul fizic, şi se referă la afinitatile persoanei - dragostea faţă de sine şi faţă de aproape. Câmpurile 5, 6, şi 7 corespund esenţei spiritului. Ele reflectă abilitatea de comunicare, imaginaţie şi abilitatea de clarvăzător.

Toate cele 7 câmpuri lucrează împreună. Energia se deplasează de la nivel la nivel, şi se disipă între acestea. Aura se deplasează în mod constant în sensul acelor de ceasornic iar Dr. Buryl Payne pretinde că a demonstrat această deplasare, cu ajutorul unui dispozitiv patentat.

Aura fizică

Primele 3 câmpuri ale Aurei, cele mai aproape de corp, sunt deseori numite **Aura fizică**. Aceste nivele de energie, sunt ceea ce eroul din "Profeţia Cerească" a început să vadă în jurul plantelor şi al oamenilor.

Primul câmp al Aurei, cel electric, este cel mai aproape de

piele. Se adresează componentelor supravieţuirii: hrană, apă, cămin şi loc de muncă. O persoana fericită are primul câmp colorat în culori puternice şi strălucitoare. O persoană cu energie scăzută, are primul câmp colorat în gri, sau chiar în culori foarte întunecate. Dacă manifestarea componentelor de mai sus este una satisfăcătoare, atunci primul câmp al Aurei tale este într-o formă bună.

Al 2-lea câmp al Aurei, cel emoţional, are de-a face cu starea de spirit şi relaţiile cu ceilalţi oameni. Prin acest câmp corpul îşi exprimă emoţiile şi le stochează. Emoţiile reprimate sunt mai întunecate. Fericirea, tristeţea, furia şi bucuria pot fi văzute în al 2-lea câmp al Aurei. Deseori când citesc Aura cuiva, văd că persoana respectivă a transferat în propria Aură, problemele familiei sale sau ale prietenilor. Daca eşti trist după ce ai ajutat un prieten să treacă peste probleme, este foarte posibil să fi transferat tristeţea lui asupra ta.

Al 3-lea câmp, cel mental, se concentrează pe legătura minte-corp, şi pe alimentarea energiei forţei de viaţă prin corpul fizic. Daca acest câmp este slăbit, înseamnă ca individul nu are energia sau voinţa de a-şi atinge telurile. Daca, din contra, acest al 3-lea câmp este puternic, înseamnă ca gândurile şi acţiunile sunt in armonie perfectă. Cu alte cuvinte, în timp ce primul câmp reflectă lupta pentru supravieţuire, acest al 3-lea câmp reflectă cât de mult îţi plac activitatile de zi cu zi, de rutină, şi de câtă energie ai nevoie pentru a le face faţă.

Al 4-lea câmp, cel astral, este nivelul inimii - aici vedem dragostea, afinităţile şi relaţiile. Este atât o legătură între corp, minte şi spirit, cât şi o legătură cu toţi ceilalţi oameni şi fiinţe vii de pe Planeta Pământ. Un câmp astral larg şi strălucitor poate indica o persoană care preţuieşte legăturile interumane, şi pune propriile relaţii deasupra a orice altceva în viaţă.

Al 5-lea câmp al Aurei, cel al contemplării eterice, este spaţiul comunicării şi exprimării creative. Deseori când acest câmp este blocat sau întunecat, persoana se simte izolată faţă de lume. Dacă acest câmp este puternic, înseamnă că cineva comunică bine cu ceilalţi, posibil prin creativitate: scris, actorie,

oratorie, artă, muzică, consiliere etc.

Al 6-lea câmp, sau câmpul celest al Aurei, reprezintă simţul văzului. Îţi arată cum vezi lumea - acele atitudini şi imagini mentale pe care le manifeşti în realitate. Şi abilităţile intuitive îşi au locul aici. Un nivel celest puternic, sau predominant albastru-indigo, denotă o persoana care vede cu uşurinţă adevărul.

Al 7-lea câmp, sau câmpul Ketheric al Aurei se află la limita exterioară: este ceea ce oamenii văd când te privesc. Aici se păstrează imaginile mentale a ceea ce eşti şi a ceea ce vrei să fii. Un "paravan energetic" deseori instalăm aici, pentru ca ceilalţi să nu ne poată percepe defectele. Aceste scuturi pot fi foarte eficiente pentru a-i evalua pe cei din jurul nostru, dar ele pot funcţiona foarte bine şi ca ascunzători: te pot ascunde faţă de cei cu care *vrei să comunici*. Când acest nivel este strălucitor, persoana în cauză nu se teme de judecata şi critica semenilor săi. Maeştrii spirituali au al 7-lea câmp foarte strălucitor. Tot aşa arată al 7-lea câmp al Aurei la persoanele care-şi ascultă glasul inimii şi nu se tem să se exprime.

Fiecare Aură este diferită: reflectă energia şi personalitatea individului. Orice întrebare ai avea, îi poţi găsi răspunsul în Universul propriu interior numit Aură - întrebările pot fi adresate vieţii prezente, dar şi vieţilor trecute.

ŞTIINŢA ÎNTÂLNEŞTE NECUNOSCUTUL
- 3 -

Primele întâlniri cu Aura umană

Acceptarea expansivităţii noastre deasupra realităţii cunoscute a fiinţei interioare, este eliberarea ego-ului. Ego-ul poate doar să perceapă dintr-un punct de vedere trei-dimensional, adică conform conceptului "Eu exist, aşa că cred că exist". Viziunea Aurică este o ameninţare pentru conceptul ego-ului personal

(existenţă fără formă fizică), aşadar neputând fi asimilată decât dacă se abandonează frica de necunoscut.

Janice Dye

Aura este cunoscută sub mai multe denumiri: de-a lungul secolelor ea s-a numit Ch'i, Prana, Karneem şi Illiaster. De fapt, documentul cel mai vechi care atestă existenţa conceptului este de acum 5.000 de ani. Luminile astrale, Aura, a fost descrisă în lucrările ezoterice şi apoi în cele ale Cruciaţilor, ale Budiştilor Zen şi misticilor creştini - chiar şi în tradiţia orală a Indienilor Americani. Multe scrieri sugerează foarte puternic că intensitatea câmpului Auric se asociază cu meridianele energetice ale acupuncturii chinezeşti.

Abilitatea de a vedea Aura, spun unii că este parte a procesului evoluţiei umane - în timp, toţi vom fi capabili să vedem Aura! Această teorie este dezvoltată în cartea lui Steve Richard, "Invizibilitate: Maeştrii în arta invizibilităţii". Autoarea cărţii "Vizualizarea Aurei", Patrick Alessandra, spune că: "În ultimul deceniu al sec XX, sunt mult mai mulţi oameni care nu doar pot simţi Aura, ci o şi pot vedea în jurul lor, decât până acum. Acesta este un fenomen natural în evoluţia umană, şi pe măsură ce trec anii, toţi vom dobândi abilitatea de a percepe Aura şi energiile."

Pentru a putea vedea încotro ne îndreptăm, trebuie să aruncăm o privire în trecutul recent - cele mai recente încercări ale ştiinţei în atestarea Aurei umane.

Dr. Walter Kilner

În 1869, Walter Kilner s-a alăturat studenţilor din Spitalul Sf. Thomas din Londra, şi a început să studieze electroterapia. Dupa 10 ani, a fost numit director al departamentului de electroterapie din spital (Shepard 1965). Până în 1897, prima secţie de Radiologie din Londra a fost fondată în Spitalul Sf. Thomas, şi a fost condusă de Dr Kilner. El a acordat mare atenţie lucrărilor ştiinţifice şi cercetărilor colegilor săi. Unul dintre ei, Baronul Carl

von Reichenbach a fost printre primii care au publicat articole despre Aura umană. Americanul Edwin Bobbite, medic şi el, a studiat influenţele culorii asupra câmpului electromagnetic uman (Ferguson 1973).

Kilner era conştient de existenţa clarvăzătorilor şi mediumurilor în ziua în care a vorbit despre câmpul Aurei. Dr Kilner a hotărât să studieze câmpul energetic uman, şi a început să se gândească la crearea unui dispozitiv care să permită vizualizarea Aurei cu ochiul fizic. După o serie de proiecte şi experimente, Dr Kilner a inventat dispozitivul, şi împreună cu colegii săi a descoperit că pot vedea vaporii de energie (Aura) ce sunt emişi de corpul fizic în viaţă. A mai observat că, cu cât se uita mai mult prin lentilele albastre ale dispozitivului, cu atât mai sensibili îi deveneau ochii la ultraviolete şi la spectrul luminii. În 1911, în cartea sa "Atmosfera Umană" (mai târziu rescrisă sub titlul "Aura Umană"), Dr Kilner a pretins că are dovezi ştiinţifice despre existenţa Aurei umane.

Potrivit cercetărilor sale, Kilner şi asociaţii săi puteau vedea energia Aurică la câţiva centimetri de corpul pacientului: "După câteva minute eram surprinşi că puteam vedea în continuare Aura, fără ajutorul ecranului. Această putere nu a durat prea mult. Oricum, am reuşit să vedem Aura din nou pentru câteva secunde, printr-un ecran întunecat."

Dr Kilner a dat detalii despre ce a observat. A notat diferenţele dintre Aura feminină şi cea masculină, şi detaliile Aurei copiilor. A notat că în general, Aura femeii înconjoară mai puternic zona pelviană - în special femeile însărcinate sau în perioada fertilă. Această energie este necesară procreării, iar observaţia este logică.

De fapt Kilner şi colaboratorii săi vedeau primul nivel al Aurei. Ei vedeau această energie la aprox 2 -5 cm în jurul corpului.

Inevitabil, Kilner s-a confruntat şi cu scepticismul lumii medicale. După moartea sa, în 1920, a apărut un articol favorabil cercetărilor sale în "Medical Times", iar tânărul Oscar Bagnall, i-a continuat cercetările, şi i-a dezvoltat teoriile în 1937, în "Originile şi Proprietăţile Aurei Umane".

Aventura continuă: Oscar Bagnall

Bagnall şi-a început cercetările cu studiul culorilor. Credea că dacă sunt văzute cu ochiul liber, culorile Aurei umane sunt subiective: cu alte cuvinte, ele se modifică de la persoană la persoană. Mai credea şi că "Aura în sine este un fapt obiectiv", o aglomerare de raze luminoase, mai scurte decât spectrul vizibil: lumina ultravioletă.

Nikola Tesla

În ultimii 100 de ani, cercetătorii au încercat să fotografieze Aura. Nikola Tesla este considerat de majoritatea oamenilor, cel mai strălucit inventator al tuturor timpurilor, tatăl electricităţii moderne. Tesla lucra cu curent alternativ, atunci când Thomas Edison nici nu-l înţelegea. Tehnologia de transmitere radio a lui Tesla este baza tehnologiei foto a lui Kirlian. În 1890, Tesla a reuşit să obţină prima fotografie a Aurei. El a făcut fotografii Aurei întregului corp uman, folosind un dispozitiv ataşat corpului subiectului.

Experimentul Kirlian

La scurt timp după experimentele lui Bagnall, a fost descoperită o tehnică vizuală nouă de detectare a Aurei. Oamenii de ştiinţă ruşi, Simion şi Valentina Kirlian, au descoperit o metodă de fotografiere şi vizualizare a Aurei. Era mult mai practică decât dispozitivul lui Tesla - corpului uman i se ataşa un dispozitiv prevăzut cu conductori electrici. Fotografia lui Kirlian creează imaginea energiei ce înconjoară Fiinţele vii. Probabil că aţi văzut fotografii ale vârfurilor degetelor şi ale frunzelor, realizate cu camera foto Kirlian (pg 24).

Tehnica lui Kirlian prevede folosirea curentului electric pentru a dovedi existenţa modelului energetic - care apoi este transpotrat pe suport foto.

Subiectul îşi pune degetul pe un condensator. Când se stinge lumina, o lumină difuză, fantomatică şi albăstruie se ridică, iar încăperea este inundată de un puternic miros de ozon. Când fotografia este developată, pe suport va apărea un perimetru colorat şi strălucitor ce izvorăşste din vârful degetului.

Cu această tehnică, soţii Kirlian, şi apoi V.M. Inyushin şi Victor Ademenko, au studiat forţa de viaţă a frunzelor, seminţelor, şi efectul energiei psihice asupra plantelor. Într-o fotografie a unui medium, în centrul vârfului degetului a apărut o pată întunecată, înconjurată de culori strălucitoare: albastru, roşu şi oranj.

În "Galaxia Vietii", Stan Krippner şi Daniel Rubin (1972), spun că cecetătorii au fost împărţiţi în două tabere în ceea ce priveşte evaluarea fenomenului Kirlian. Unii au numit fenomenul "descărcare a coroanei", şi au apreciat că tehnica lui Kirlian doar dezvăluie incidentalele descărcări electrice. Alţii au crezut că Aura, sau bioplasma corpului, este fotografia câmpului de radiaţii.

TEHNOLOGIA ŞI ENERGIA SE ÎNTÂLNESC
Aura devine tehnologie sofisticată
- 4 -

Pentru mine a fost prima dată. Stăteam pe un scaun în studioul Lindei, am pus mâinile pe o cutie de metal cu senzori, şi m-am uitat spre camera foto. Linda a pornit sursa electrică şi a computerizat camera foto. Totul era nemişcat şi tăcut, şi în câteva minute am terminat.

George Liles, scriitor, Provincetown Banner

Fotografia Kirlian ajunge în Occident:
Dr Thelma Moss

În anii '70, cercetările în domeniul Aurei au început să migreze către Occident. Fundaţia de Cercetări Psihice şi Departamentul de Inginerie Energetică din Universitatea Duke, au început să cerceteze nu numai tehnologia Kirlian, dar şi o tehnică cunoscută sub denumirea de "bioluminiscenţă". Această procedură, folosea amplificatori de lumină pentru a capta lumina naturală radiată de unele organisme vii. Oricum, fotografia Kirlian are o calitate aproape magică, pentru că ea continua să atragă cercetătorii.

Pe Coasta de Vest, la U.C.L.A., Dr Thelma Moss şi-a început cercetările asupra fotografiei Kirlian. În cartea sa, "Probabilitatea Imposibilului", Dr Moss (1974) vorbeşte despre explorarea câmpului energetic uman. Spune că în cercetările sale nu a putut găsi o relaţie între temperatura de la nivelul pielii, sau umiditatea acesteia şi modificările câmpului energetic din vârfurile degetelor, realizate de Kirlian.

La acea vreme, mulţi oameni de ştiinţă, credeau că variaţia culorilor, a formei şi mărimii Aurei pe pelicula foto, se producea din cauza unor variabile precum umiditatea, salinitatea şi a gazelor produse de piele. Aceste explicaţii nu prea au contat pentru aşa numitul efect "frunza fantomă" - o parte a frunzei este taiată şi apoi este fotografiată cu metoda Kirlian. Pe imagine, frunza apare cu partea decupată, subliniată de energie. Acest efect a fost primul notat de oamenii de stiinţă ruşi, şi mai târziu a fost confirmat de Dr Moss.

Lois Julien (1996), unul din asistenţii Dr Moss, spune că: "Am vrut să ne asigurăm că mergem pe drumul cel bun. Am realizat toate tipurile de teste pentru a demonstra că nu există nimic asemenea transpiraţiei. Am studiat efectele umezelii, temperaturii, ale locaţiei, ale atmosferei şi peliculei. Am eliminat pe rând toţi acesti factori. Ce a rezultat a fost energie."

Cu alte cuvinte, fotografiile Kirlian se presupune că măsoară câmpul energetic din jurul corpului. Din moment ce a stabilit acest lucru, Dr Moss şi voluntarii săi au început alte studii asupra fotografiilor Kirlian. Unul din teste s-a realizat pentru a vedea cum reacţionează Aura în relaţiile interumane. Julien spunea povestea

unei tinere trimisă la laborator de catedra de psihologie a U.C.L.A. "Catedra de psihologie ne-a trimis câţiva adolescenţi aflaţi sub tratament, împreună cu părinţii lor. O fată a intrat, şi împreună cu mine ne-am pus degetele pe peliculă pentru a realiza o fotografie Kirlian. Amândoi am emanat energie. Apoi eu am ieşit din sală şi parinţii ei au intrat. Fotografia a arătat că Aura fetei s-a restrâns în jurul degetelor sale, în timp ce Aura din jurul degetelor părinţilor săi s-a lărgit". În preajma părinţilor, Aura fetei s-a restrâns. "Este un fenomen foarte des întâlnit, de la familie la familie, care apoi devine subiect de discuţie la şedinţele de terapie" notează Julien (1996).

Dr Moss a mai studiat şi transferul energetic dintre oameni. Julien descrie un experiment în care două dintre colegele sale încearcă să-şi transfere energia reciproc, şi chiar reuşesc.

Alte experimente ale Dr Moss au fost cele cu "degetul mare verde" şi cu oamenii cu "degetul mare maro", care ţineau în palmele lor o frunză distrusă şi încercau să o "repare". Frunzele au fost fotografiate "înainte" şi "după", precum şi alte frunze "control", care nu fuseseră atinse. S-a încercat trimiterea energiei la distanţă, şi s-a descoperit că frunzele au fost "reparate" de către cei cu "degetul mare verde". Voluntarii cu "degetul mare maro" chiar funcţionau ca "distrugători", plantele răspunzând negativ la atingerea lor.

Cercetarea Aurei adusa în prim plan

Dr Valerie Hunt

Dr Valerie Hunt a început să studieze Aura la Universitatea California din Los Angeles. Laboratorul "Câmpurilor Energetice" pe care-l conducea a găzduit mulţi studenţi cu abilităţi de clarvăzători, dansatori, pacienţi cu probleme psihice, şi multi alţii. Dr Hunt a patentat o tehnică cu ajutorul electrozilor standard EMG, folosiţi pentru a detecta modificările din câmpul bioelectric pe porţiuni de piele situate deasupra punctelor chakrelor. Dr Hunt a descoperit că modificările culorilor Aurei observate de mediumuri, au corespuns cu cele înregistrate de electrozii EMG.

Culorile Aurei au fost asociate cu diferite unde înregistrate la nivelul punctelor chakrelor. În acest fel, Dr Hunt a demonstrat că Aura şi chakrele lucrează împreună în câmpul energetic uman. Dr Hunt (1989,33) a mai măsurat frecvenţa şi amplitudinea energiei în chakre, în timpul şi după şedintele Rolfing (exercitiu fizic): "După aprox 600 de ore de înregistrare în diferite situaţii, am descoperit că fiecare persoană are un câmp energetic unic, predictibil şi repetabil, ce se poate caracteriza prin măsurarea culorii, a cantităţii de energie, prin suprafeţe dominante ale corpului, şi prin complexitatea modelului spectrului. Câmpurile fiecărei persoane au arătat porţiuni unde energia <curgea> mai liber, mai fluid, în timp ce pe alte suprafeţe, aceasta era blocată."

Potrivit părerii Dr Hunt, Aura umană, suferă modificări înaintea corpului fizic: "Prin înregistrarea undelor emise de creier, am descoperit că oscilaţia tensiunii arteriale, contracţiile musculare şi ale pericardului, se produc în câmpul energetic, înaintea oricăror alte modificări în alte aparate sau sisteme ale organismului uman."

Ştiinţa Aurei: Barbara Ann Brennan

Această cercetare are foarte mare însemnătate în domeniul energiei psihice. B. A. Brennan, fost fizician meteorolog la NASA, şi-a dedicat mare parte din viaţă studierii Aurei, şi a sistemelor energetice ale corpului uman. În cartea sa "Palmele Luminii", arată cum mintea, emoţiile, corpul şi cele 7 nivele ale Aurei interacţionează între ele, pentru a stabili echilibrul sau pentru a-l strica. "Toţi avem un câmp energetic, o Aură, care ne înconjoară şi înterpătrunde în corpul nostru fizic."

FOTOGRAFIA AUREI
ÎN SECOLUL XX
- 5 -

Mi-am descoperit culorile săptămâna trecută. Nu culoarea pielii mele, nici culoarea preferată sau cea a şcolii. Am văzut culorile aurei sau culoarea câmpului energetic care mă înconjoară.

Mary Tolan, Arizona Daily Sun

Astăzi există o noua fotografie a aurei, pe care mulţi o consideră net superioară celei printate prin transfer de energie a lui Kirlian. Cunoscută sub numele de Fotografia Aurei, această tehnică produce o printare color a subiectului. Fotografia redă jumatatea superioară a subiectului, înconjurat de câmpuri colorate. Este vizibilă jumatatea superioară a corpului, deoarece activitatea aurei este mai intensă în aceasta zonă. În plus, filmarea unei secţiuni mai restrânse a corpului nostru, ne permite o mai bună observare a culorii, formei, variaţiilor şi distribuţiei acestora.

Sistemul de obţinere al imaginii Aurei foloseşte tehnicile tradiţionale de biofeedback. Culoarea, forma şi mărimea Aurei indică transformări spirituale şi emoţionale. Astfel, fotografia Aurei oferă terapeuţilor - maseori şi bioenergeticienilor, o unealtă cu ajutorul căreia vor recunoaşte rapid simptomele, şi pas cu pas, monitorizarea progreselor subiectului pe parcursul terapiei.

Culorile şi stările corespondente energetice sunt: roşu - veselie, portocaliu/oranj - fericire şi creativitate, galben - disciplină, albastru - sensibil şi solitar, violet - relaxat şi alb - spiritual. Fotografia obţinută este imaginea Aurei.

Guy Coggins, cercetător şi designer în această tehnologie nouă este inventatorul camerei de filmat speciale: Aura Camera 6000.

Înregistrarea Aurei

Este cunoscut faptul, că variaţiile energetice ale corpului omenesc pot produce modificări fiziologice. Aceste transformări se înregistrează la nivelul pielii, a structurii chimice, şi a acumulării de ioni liberi la suprafaţa pielii.

În cartea Barbarei Brennan "Mâinile luminii" (1897), autoarea explică câteva experimente tehnice ce confirmă existenţa Aurei. Un an mai târziu, în 1988, Richard Gerber, doctor în "Medicina Vibraţiilor" afirmă, că în descoperirea unui instrument ştiinţific care să demonstreze că Aura există, trebuie să ţinem seama şi de cercetările Dr Valerie Hunt, şi de cele ale lui Hiroshi Motoyama. Cercetările Dr Motoyama, au indicat existenţa unui sistem Chakra-nadir (transformator de energie). Prin experienţele sale a putut măsura câmpurile bioelectrice ale unor subiecţi cu Chakra activată în timpul unor şedinţe de iluminare spirituală sau meditaţie. Dr Gerber, în 1988, susţine că "amplitudinea şi frecvenţa câmpului electric asupra Chakrei active este vizibil mai mare decât energia subiecţilor sub control".

Dr Carlo Montanari, biolog cu atestat în statistică medicală, face de asemenea cercetări în domeniul energiilor subtile, în laboratoarele sale din Milano, Italia, de mai bine de doi ani. Unul din instrumentele pe care le foloseşte este camera foto specială pentru studierea Aurei. După ce a realizat 11000 de fotografii, Dr Montanari, în 1996, spune că: "În opinia noastră, fotografia redă imaginea unui conţinut superficial şi apoi complex al psihicului, aşadar obţinând un miez energetic şi relaţiile interdependente ale acestuia cu mediul înconjurător..."

Imaginea Aurei în Viitor

Deşi culorile Aurei se schimbă în funcţie de moment şi situaţie, tehnicile fotografice le înregistrează pentru analiză în orice moment. De exemplu, fotografiile realizate înainte şi după masaj, chiropractica sau alte activităţti, întotdeauna vor dezvălui transformări majore ale culorilor şi formei Aurei. Schimbările culorilor pot furniza mult mai multe informaţii decât o simplă evaluare a pielii. Prin evaluarea vizuală a Aurei unei persoane, se poate determina starea generală de tensiune sau relaxare a individului, echilibrul între partea stângă şi cea dreaptă a corpului, precum şi alte detalii despre emoţiile şi starea de spirit a subiectului.

Imaginea Aurei este folosită ca instrument educaţional de mulţi practicanţi Reiki şi bioenergeticieni. NICIODATĂ nu trebuie să se folosească imaginea Aurei pentru a diagnostica probleme medicale, fizice sau psihice. Cercetările contemporane tind să identifice anumite particularităţi din imaginea Aurei cu diferie stări de spirit. La un moment dat, au apărut în justiţie procese pe această temă, verdictul fiind unul "anecdotic". Fotografii "înainte" şi "după" ale subiecţilor trataţi de bioenergeticieni, au arătat că la nivelul de relaxare s-a ajuns prin tehnica atingerii palmelor de către profesionişti.

Ca instrument parapsihologic, modalitatea pare să verifice interpretările diferitelor mediumuri. Camerele foto speciale oferă maseorilor profesionişti şi mediumurilor, un instrument performant pentru a evalua energia spirituală a clienţilor lor. Camera foto este de asemenea capabilă să înregistreze comportamente în relaţiile intrapersonale (cum ar fi atracţia sexuală, dezinteresul şi personalitatea).

Conceptul ştiinţific din spatele acestei tehnici, este, în principiu, acela că atunci când două persoane care se agrează şi se ating, le scade rezistenţa la nivelul corpului. Pe de altă parte, când două persoane se ating dar nu se agrează, rezistenţa la nivelul pielii creşte şi se formează o barieră energetică (ca linie energetică şi apare ca o lumină stralucitoare). Un asemenea exemplu a fost prezentat într-un articol cu fotografii Kirlian, în revista germană Estera (Progen 1990). În acest studiu, unui barbat şi unei femei li s-a cerut să-şi atingă degetele pentru a se realiza o fotografie Kirlian. Fotografia s-a realizat în aceleaşi condiţii timp de trei săptămâni consecutiv. Fotografia iniţială a aratat că bărbatul era atras de femeie, astfel, o coroană roşie albăstruie, strălucitoare şi puternică a apărut în jurul vârfurilor degetelor. Coroana femeii a arătat că era total dezinteresată de persoana bărbatului, partener la experiment. O barieră de energie s-a format între câmpul electric al femeii şi cel al barbatului. În a doua săptămână, coroana bărbatului şi-a modificat forma şi mărimea (mai mare şi mai intensă), dovedind insistenţă. Bariera din jurul vârfurilor degetelor femeii a mai

slăbit, şi au început să apară nuanţe de roşu/oranj (dorinţă sau plăcere). Această transformare înseamnă că femeia începea să răspundă semnalelor emise de bărbat. În a treia săptămână, fotografia arăta două coroane strălucitoare, sănătoase, intens colorate în roşu, albastru şi alb - care se întrepătrundeau. Conform articolului, cei doi trăiesc de atunci foarte fericiţi (Progen 1990).

Utilizând auracamera, indivizii pot fi fotografiaţi împreună, subiecţii sărutându-se sau atingându-se. O metodă alternativă este fotografierea indivizilor separat, în timp ce ei doar se gândesc unul la celalalt. Fotografiile sunt apoi comparate. După părerea lui Coggins (1994), camera poate de asemenea să surprindă diferenţele şi îmbunătăţirile ce survin în câmpul energetic al unui pacient prin fotografii *înainte* şi *după,* realizate în timpul şedinţelor de consiliere spirituală. "În aceste cazuri, şedinţele erau ţinute de mediumuri. În această situaţie, se făcea o fotografie înainte şi după şedinţa în care mediumul a activat chakra în corpul subiectului, care în opinia lui, era sursa problemelor psihice sau spirituale. După şedinţa de consiliere spirituală, câmpul energetic a fost mai intens în amplitudine şi frecvenţă, chiar deasupra punctului chakrei (Progen 1990).

Sistemul Video Win Aura

Experimentul lui Guy Coggins a realizat o imagine video a corpului uman în totalitate: o vizualizare a Aurei. Acest sistem de asemenea combină tradiţionala măsurătoare biofeedback cu analiza computerizată. Aparatul redă aura sub formă de câmpuri de lumină colorată în mişcare. Cu tehnica video, efectul imediat al unei şedinte de terapie poate fi observat în variaţiile câmpului magnetic, pe masură ce se desfaşoară şedinţa.

Coggins spune că acest sistem video este realizat după modelul antenei de la prima sa cameră video. Subiectul îşi aşează palmele pe antena emiţător. "Efectul este ca şi cum îţi aşezi palma pe antena telefonului tău mobil” spune Coggins. Energia radio va curge prin trupul tău şi va fi emisă în toate direcţiile. Noi

scanăm antena receptor astfel încât să obţinem o imagine. Este un fel de radiografie cu raze X a Aurei tale" (Coggins 1996). Coggins crede că tehnologia sa va fi cea mai utilizată în vederea autodepăşirii şi autocunoaşterii. "Aura vizibilă poate reflecta reacţia spirituală a pacientului în timp real. Cititorul Aurei şi subiectul pot vedea energia acestuia reflectată în câmpuri colorate. Se vor percepe nu doar schimburile de energie, ci şi aşa-numitele "blocuri de energie". Computerul interactiv "vorbeşte" şi poate semnala dacă există o problemă. Computerul poate de asemenea asculta, aşa că vei putea vorbi direct unei maşini care se va dovedi foarte intuitivă".

Imaginea Interactivă a Aurei

Coggins va folosi un program interactiv pe computer, care vă va pune întrebari şi va da feedback vocal cu privire la schimbările eventuale petrecute în câmpul vostru energetic. Coggins spune: "Computerul v-ar putea implica într-un exerciţiu de relaxare. S-ar putea să vă ceară să vă încordaţi braţul drept, şi în acel moment veti putea vedea cum culorile se modifică pe partea dreaptă a corpului. După ce computerul vă va spune să vă relaxaţi, veţi putea vedea cum culorile se schimbă din nou. Veţi putea vedea cum tensiunea şi stresul vă afectează câmpul energetic."

Un program interactiv de acest gen, v-ar putea pune întrebări despre munca DVS şi relaţiile interumane pe care le întreţineţi. Când începeţi să vă gândiţi la ceva care în viaţa reală vă tensionează şi vă irită, veţi observa cum culorile vor exploda asemenea artificiilor. "Mulţi dintre noi tindem să ne aliniem vechilor mentalităţi şi să spunem: *Totul este în regulă,* când de fapt există probleme nerezolvate." spune Coggins. "Această tehnologie vă poate ajuta să identificaţi şi apoi să rezolvaţi aceste probleme, pe cale paşnică." (Coggins 1996)

CULORILE AUREI
- 6 -
Jenifer Baltz

Aura este manifestarea chi-ului sau a energiei Universale. Cunoscută sub numele de lumina noastră sau câmp al curcubeului, izvorăşte din interior şi radiază spre exterior, prin chakrele corpului.

Janice Dye, Practicant Reiki

Probabil că v-aţi întrebat ce înseamnă fiecare culoare din Aura DVS. Culorile Aurei pot dezvălui mediumului o mulţime de lucruri despre DVS. Talente creatoare, intelect, pasiuni, iubiri prezente, creaţii viitoare, şi chiar vieţile anterioare, pot fi văzute prin culorile Aurei voastre. Culorile sunt de fapt vibraţii de energie ce se mişcă în jurul Aurei. În timp ce fiecare culoare are o anume semnificaţie, pentru diverse persoane ea poate însemna altceva. De exemplu, energie verde într-o Aură, înseamnă că subiectul trece printr-o perioadă de autodepăşire, dezvoltare şi schimbare. Mai poate însemna că acea persoană este asistent social sau profesor. Interpretarea este redată prin vizionarea fotografiilor imaginii mentale care sunt ataşate culorilor. Culorile sunt mărci - vă pot oferi o idee generală despre ceea ce se întâmplă. Pentru a identifica starea generală este nevoie de o "minte deschisă" şi simţul neutralităţii activ faţă de ceea ce se analizează. De aceea, este mai uşor mediumurilor să le citească altor persoane decât să-şi citească propriile probleme. Este greu să fii neutru într-o situaţie în care tu eşti subiectul. Uneori un medium poate interpreta culorile Aurei tale într-un mod nu tocmai corect. Se întâmplă adesea, când mediumului îi aminteşti de o persoană, un prieten sau o situaţie pe care o agrează.

Emoţiile pot furniza informaţii valoroase atunci când culorile sunt folosite ca unelte pentru a te autodepăşi. Lipsa neutralităţii faţă de propriile experienţe poate lucra în avantajul tău dacă îţi pui întrebări despre cum te simţi şi de ce te simţi în acest fel. Cu

cât citeşti mai mult despre culori, înveţi cum te influenţează fiecare dintre ele. Care este culoarea ta preferată? Dacă în majoritatea ocaziilor, eşti îmbrăcat în aceeaşi culoare, poate însemna doar doua lucruri. Poate că în Aura ta ai nevoie de acea culoare mai mult, şi în mod inconstient te îmbraci în ea pentru a o chema în interior. Sau poate că eşti gata să eliberezi acea culoare, şi din nou o porţi în mod inconştient, pentru a-ţi reaminti să o eliberezi.

Culorile pe care le eliberezi pot reflecta vechi obiceiuri sau amintiri care nu-ţi mai sunt de folos sau rămăşiţe ale unei relaţii trecute pe care în sfârşit te-ai hotărât să le uiţi. Regula generală este că dacă culoarea te face să te simţi strălucitor, fericit şi viu, înseamnă că în acel moment de acea stare ai nevoie. Dacă culoarea nu face mare lucru pentru starea ta de spirit sau dacă doar îţi indică ce culoare trebuie să porţi, înseamnă că este o culoare care se eliberează.

Ceea ce crezi despre anumite culori îţi poate arăta ce ai nevoie să cunoşti în această viaţă. Îţi place culoarea roz, dar nu îţi place galben? Dacă da, probabil că galbenul conţine răspunsurile de care ai tu nevoie. Poate fi ceva legat de emoţii şi energii asociate cu galbenul în discuţie. De exemplu, galbenul este de obicei culoarea intelectualilor. Această culoare trimite la claritate mentală. Dacă, copil fiind, unul dintre profesori v-a subestimat inteligenţa, culoarea galben vă va face să vă reconsideraţi potenţialul.

În *eseul Aure*, Edgar Cayce (1945), observa că oamenii sunt cei mai puţin neutri în ceea ce priveşte culorile propriei Aure. Altfel spus, mult albastru în propria Aură, înseamnă aşteptări, pretenţii mari, judecăţi şi sentimente puternice. Are sens - din nou, dacă eşti centrul unei situaţii pe o perioadă de timp, ajungi cu greu să mai judeci această situaţie în mod obiectiv !

Frecvenţa culorilor

După ultimele studii, totul este format din vibraţii de energie - propriul corp, scaunul pe care stai, aerul pe care îl respiri, apa

pe care o bei, vocea prietenului pe care o auzi la telefon. Fizica cuantică ne spune că suntem făcuţi din spaţiu şi unde, din particule de energie. Teoria câmpului cuantic duce conceptual mai departe şi afirmă că există câmpuri de energie care interactionează între ele iar, şi la fiecare interacţiune creează particule (Zukov 1979). “Materia solidă” este, de fapt, o mare energie "care dansează"!

Întreaga scară a câmpurilor electromagnetice sau unde este numită “spectru de frecvenţă”.

Parcurgând ascendent spectrul frecvenţei, următorul nivel este căldura, apoi sunetul. Fiinţele umane pot percepe sunete de până la 16.00 Hz. Deasupra acestui plafon, între 500.000 - 1 milion de Hz, energia este produsă din unde foarte scurte. Energia sub formă de unde poate “călători” în spaţiu fără să aibă nevoie de cabluri. Acesta este nivelul la care sunt transmise undele radio şi de aceea, poţi recepţiona un post de radio cu o simplă antena sau una parabolică, doar prin reglarea frecvenţei aparatului de radio (Fisslinger 1994).

Superioară undelor radio scurte este televiziunea - undele energetice generate de un transmiţător de televiziune pot fi receptate de o antenă, de un satelit sau de o companie de cablu. Acesta este nivelul luminii vizibile - lumina pe care o poţi vedea cu proprii ochi. Spectrul culorilor vibrează de la culorile cele mai slabe până la cele mai intense: roşu, oranj, galben, verde, albastru, violet şi ultraviolet. Printr-o coincidenţă culorile tradiţionale ale chakrei apar *în aceeaşi ordine* de la prima chakră (energia fizică) spre coroană (energia spirituală). Este destul de interesant că oamenii au asociat aceste culori specifice cu chakrele, cu *multe secole înainte* ca ştiinţa modernă să descopere lungimea undelor şi spectrul culorilor.

Aura şi Culoarea

Frecvenţa Aurei este chiar deasupra luminii vizibile, deasupra nivelului de percepţie a ochilor nostri fizici. Howard şi Dorothy Sun (1993), în extraordinara lor lucrare “Colorează-ţi viaţa” au

afirmat că energiile Aurei vibrează în jurul tuturor vieţuitoarelor, a absorbţiei solare şi a luminii atmosferice. Lumina este reflectată exact aşa cum o sferă de cristal reflectă lumina solară într-o multitudine de culori jucăuşe. Aşadar, Aura poate reflecta culorile pe care le vede psihicul, aşa cum şi curcubeul este reflecţia reală a luminii prin moleculele de apă.

Culorile şi Semnificaţia lor

Din cauză că oamenii au simţul văzului foarte dezvoltat, culorile pe care le văd au un impact puternic asupra stărilor şi dispoziţiilor lor. Culorile studiate ne pot stimula energia, ne pot face extrem de fericiţi sau chiar foarte nemultumiţi.

Reţineţi că interpretările amintite aici se referă la modul general. Fiecare individ în parte are propriile vibraţii la culori. Veţi vedea şi că propria voastră Aură poate schimba culorile. Deseori, există un set de bază de culori pe care le reflectaţi în general. Acest lucru îl puteţi modifica temporar sau chiar în mod permanent, dacă în viaţa voastră vor avea loc experienţe majore. Veţi învăţa cum să modificaţi energia propriei Aure cu ajutorul meditaţiei şi a altor practici spirituale.

ROŞU: Forţa voinţei, pasiune, vitalitate, dorinţă, excitabilitate, intensitate a experienţei, activitate, stres, rareori furie.

Roşul este o culoare energetică fizica, activă. Oamenii ce au în propria Aură culoarea roşu, sunt gata să înfrunte lumea. Ei nu vor ezita să lupte pentru propriile convingeri şi propria libertate. Forţa dorinţei şi a pasiunii sunt elemente cheie. Mult roşu într-o Aură indică o persoană căreia îi place să forţeze limitele şi să-şi trăiasca viaţa la maxim.

Roşul închis, roşul murdar denotă furie sau stres. Dacă în Aură este prezent roşul profund sau strălucitor, poate însemna că persoana respectivă este puţin dezechilibrată. Această persoană are nevoie de o perioadă de calmare, de relaxare.

ORANJ: Creativ, artistic, experienţă bogată, dorinţă, ambiţia de a avea succes, expresivitate, jucăus, senzual.

Oranjul este culoarea creativităţii, o culoare artistică. Reprezintă o energie creativă cu direcţii mentale bine stabilite şi concentrate. Oranjul este stimulant, vital, distractiv şi jucăus. Oamenii cu mult oranj în Aură sunt comunicativi, creativi - artiştii, scriitorii sau agenţii de vânzări pe care îi întâlniţi zi de zi! Oranjul denotă abilitatea de a comunica într-un spirit distractiv şi emotional, în acelaşi timp. Oranjul mai denotă şi un accentuat simţ al umorului.

GALBEN: Însorit, flexibil, original, inteligent, claritate mentală, competiţie.

Galbenul este activ şi spontan. Este culoarea activităţii mentale şi inteligenţei puse la treabă. Galbenul este culoarea bucuriei şi a entuziasmului. O Aură cu mult galben arată un profesionist - om de afaceri, avocat sau economist, de exemplu. Studenţii au în propria Aură mult galben în preajma sesiunilor, când învaţă pentru examene. Galbenul mai arată şi încredere în viitor.

VERDE: Evoluţie, studiu, echilibru, perseverenţă, respect şi iubire de sine, empatie.

Culoarea verde este culoarea evoluţiei şi a renaşterii. De când evoluţia este elementul ce aduce energie echilibrului, culoarea verde este deseori considerată o energie activă a Aurei. Verdele poate fi marca unei persoane indicate spre a fi profesor.

Mult verde într-o Aură poate arăta că în viaţa persoanei respective se produce o schimbare majora. Multe mediumuri o numesc “perioada de depăşire, de creştere” sau o perioadă în care multe lucruri se schimbă şi se liniştesc multe aspecte. Într-o perioadă de acest gen, se fac paşi înainte în ceea ce priveşte evoluţia personală. Echilibrul pe care verdele îl aduce, ajută ca

aceste situaţii să fie mai uşor de parcurs: înseamnă că te îndrepţi spre ceva minunat!

ALBASTRU: Comunicare, unitate, sentimente adânci, pace, dragoste spirituală, multumire.

Efectele de liniştire şi curăţare a organismului, a minţii şi sufletului. Este culoarea perfectă pentru meditaţie şi activităţi bazate pe intuiţie. Albastrul vă poate ajuta să priviti lucrurile dintr-o perspectivă neutră. O Aură predominant albastră indică intuiţie, reflecţie profundă şi dezvoltare spirituală. Dasemenea, arată o persoană dornică să afle adevărul şi să-şi găsească calea. Imaginea Mariei, mama lui Hristos, înconjurată de o lumină albastră.

INDIGO: Natura universală, clarvăzător, profund intelectual şi spiritual, cunoştinţe nelimitate.

Indigo este un albastru închis, profund. Este culoarea clarviziunii şi a activităţii spirituale. Indigoul stimulează atenţia, de la nivelul simţurilor fizice la cel al intuiţiei şi al abilităţilor psihice. Albastrul indigo poate ajuta la stimularea conexiunilor conştiente cu cele universale şi cu înregistrările Akashice.

VIOLET: Mistic, încântare, farmec, înţelegere spirituală adâncă.

Violet este o combinaţie de albastru, culoarea cunoştinţelor nelimitate, şi roşu, culoare a activităţilor şi puterii. Oamenii cu mult violet în Aură sunt magici, câteodată mistici şi cu o capacitate sporită de introvertire. Violetul în Aură ne dezvăluie o persoană ce poate crea sofisticate lumi imaginare. Un scriitor de nuvele fantastice poate avea o Aură predominant violet. Violetul mai denotă abilitatea de a crea şi decora o casă superbă, magică. Sugerează un interior puternic şi abilitate psihică, precum şi abilitatea de a deveni un lider spiritual carismatic.

ALB: Motivat spiritual, expansiv, rugăciune, unitate, călător.

Mult timp, albul a fost considerat o culoare a spiritualităţii. În California, la Trance Medium Abaton, albul pur este folosit ca o culoare ce înlesneşte comunicarea cu ghidul spiritual.

Oamenii cu mult alb în Aură sunt plictisiţi de mondenităţi şi pot părea excentrici. Albul poate demonstra o mare abilitate spirituală, un lider spiritual. Poate de asemenea indica un cameleon – din punct de vedere al personalităţii. Actorii au această culoare în Aură, pentru că jonglează cu uşurinţă cu diferite personaje pentru fiecare rol în parte.

AURIU: Iertare, bucurie, abundenţă, libertate, încredere.

Auriul este culoarea iertării. Conţine multă bucurie şi abundenţă, pentru că în iertare nu este loc pentru zgârcenie. Oamenii cu auriu în Aura lor inspiră celorlalţi optimism, încredere şi generozitate umană. Este o culoare potrivită înaintării în viaţă liberă şi bucurie pentru ce îţi este dat. Auriul denotă spontaneitate, inocenţă copilărească şi dorinţa de a împărţi cu ceilalti. Este culoarea protecţiei şi autoprotecţiei.

Interpretarea Culorilor

Notă: Nu luaţi aceste interpretări “ad literam”. Noi, oamenii, avem multe calităţi speciale. Cea mai importantă este aceea că suntem diferiţi. În ceea ce priveşte culorile Aurei, nu există două identice. Noi toţi ne purtăm culorile în mod diferit. Luaţi aceste interpretări ca punct de pornire.

Dacă observaţi că în Aura DVS predomină anumite culori - le purtaţi mai des sau le folosiţi frecvent în casă - vă puteţi întreba care este însemnatatea cea mai potrivită pentru DVS a acestori culori. Uneori puteţi abuza de lucrurile bune. Prea mult dintr-o singură culoare poate duce la dezechilibru. Autocontrolul şi intuiţia vă vor avertiza asupra pericolelor.

Ghidul Rapid al Culorilor
de Susana Madden

Infraroşu: intensitate, emoţii puternice, pasiune, călăuzire.

Roşu: provocare, acţiune, putere, împăciuitor.
Roz: tandreţe, dragoste, preocupare, romantism.
Roşu deschis: veselie, erotism, sexualitate, sensibilitate, feminitate.
Roşu-oranj: dorinţa de a fi în centrul atenţiei, charisma.
Oranj-roşu: încrezător, expresionist, activ, original.

Oranj: creativitate, entuziasm, bucurie, fericire.
Oranj-auriu: distractiv, încrezator, muncitor, entuziast.
Auriu: iertător, abundent, prosper, strălucitor.

Galben: fericire, excitaţie, deschidere, joacă, curiozitate, inteligenţă.
Galben-verzui: compasiune, idealism, învăţare optimistă.

Verde: consilier, evoluţie, conştiinciozitate, gentileţe, empatie.
Turquoise: compasiune, sensibilitate, simţ practic, profesor, ghid.
Aquamarine: în căutarea spiritualităţii, pacifist, sensibil.
Albastru deschis: linişte, pace, idealism, lumină spirituală, religios, liniştit sufleteşte.

Albastru: comunicare, intuiţie, odihnă, loialitate, înţelepciune, devotament.

Indigo: clarviziune, adevăr spiritual, abundenţă, imaginatie, imparţialitate.

Violet: cunoştinţe cosmice, credinţă, meditaţie, magie, imaginaţie.
Lavandă: amuzament, distracţie, spontaneitate, încrezător.
Albastru-alb: comunicarea idealurilor spirituale, îngeri, ghid spiritual.
Alb: spiritualitate, energie Divină, unitate, iluminare.

INTERPRETAREA CULORILOR FOLOSIND FOTOGRAFIA AUREI
-7 -

Aurele sunt asemenea semnăturilor, sunt individualităţi asemenea persoanelor pe care le reprezintă.
Gina Allan, autorul lucrării
"Darurile Spiritului"

Scopul acestui capitol este de a oferi cercetătorilor şansa de a întelege diversele culori, semnificaţia lor, aşa cum sunt ele interpretate de auracamera. Aceeaşi analiză a culorilor poate fi utilizată de mediumuri şi nu numai pentru a vizualiza diferitele aspecte ale Aurei umane.

Se poate accentua şi faptul că analiza culorii formează un "imprimeu albastru" în funcţie de culorile Aurei ce pot fi şi trebuie vizualizate.

Auracamera NICIODATĂ nu trebuie să fie folosită pentru a diagnostica sau pentru a trata o afecţiune fizică sau psihică. Individul în cauză ar trebui să ceară ajutorul unui medic cu atestat, fizioterapeut, chiropractor sau psiholog, care este capabil să pună diagnosticul corect şi să aplice tratamentul cel mai potrivit. Ajutorul poate veni pe mai multe căi, inclusiv din partea familiei şi a medicului generalist, al terapeutului, chirurgului, ginecologului, ortopedului, precum şi a medicilor practicanţi ai medicinei alternative. De fapt, scopul analizei culorilor nu este să înlocuiască terapia medicală (mentală, fizică sau emoţională).

Culorile Aurei ne oferă o alternativă în înţelegerea propriilor emoţii, proceselor energetice şi centrelor energetice, dar şi posibilitatea anălizării Eu-lui interior. Pentru a ne realiza analiza culorii, trebuie să căutam o persoană instruită, experimentată,

adică un technician al Imaginii Aurei.

Semnificaţiile Culorilor Aurice

Fiecare culoare are propriile calităţi şi scopuri. Imaginaţi-vă un cerc colorat. Fiecare culoare este un anume segment de cerc. Nici o culoare nu este mai bună decât celelalte. Fiecare are propriile caracteristici, propriile trăiri. Reţineţi că **aceste caracteristici nu se aplică copiilor.**

Partea dreaptă, partea stangă a fotografiei Aurei: indică latura activ expresivă sau latura masculină, personalitatea pe care individul o lasă spre exterior pentru a fi văzută de către ceilalţi. Culoarea în această poziţie este indicativul personal sau cum ne înfăţişăm noi celorlalţi. Această parte a imaginii mai dezvăluie trecutul recent. Dacă în această poziţie nu este nici o culoare, aceasta poate însemna o pierdere sau dorinţa de a se desprinde de trecut, poate o mutare recentă sau o profundă transformare personală. O gaură de acest gen poate indica o transformare majoră şi abruptă, de orice fel.

Partea stângă, partea dreaptă a fotografiei: indică feminitate, receptivitate, sentimentalism, zona personalităţii care receptează, simte, acceptă şi îşi imaginează. Culoarea, în această poziţie, este indicativ pentru ceea ce crează propriei persoane în viitorul apropiat. Dacă aici apare o aglomerare de culori, persoana respectivă va fi foarte concentrată pe acestea în viitor. Lipsa culorilor în această poziţie, înseamnă o confruntare a persoanei cu amintiri şi evenimente trecute.

Centrul fotografiei Aurei, deasupra capului persoanei, indică prin ce trece acea persoană în momentul prezent. Dacă există acolo o bandă de lumină colorată, arcuită deasupra imaginii, putem şti care sunt speranţele, ţelurile şi aspiraţiile persoanei. De exemplu, un arc indigo sau albastru poate dezvălui că persoana respectivă are aspiraţii spirituale sau artistice. Un arc

roşu indică ţeluri materiale şi în domeniul afacerilor.

Aura spre exterior indică expansiune spirituală, expresivitate, extrovertire, activitate socială, dorinţă de comunicare, optimism, simţul aventurii.

Aura spre interior indică concentrare spre interior, sensibilitate, tendinţă spre solitudine, meditaţie, pace, linişte sau odihnă. Poate însemna nevoie de exprimare.

Ultraviolet - Poate însemna mai multe lucruri: Poţi trece printr-o perioadă stresantă sau mai probabil eşti inspirat de viziuni profunde. Ai talent, în sensul că poţi ajunge la judecăţi care nu au mai fost formulate până atunci. Abilităţile psihicului tău sunt fenomenale. Poţi şoca opinia publică cu abilităţile tale de clarvăzător. Eşti “copilul noii generaţii”. Îţi poti dori să canalizezi ceea ce vezi spre o nouă şi unică formă de artă, sau să faci din ceea ce vezi noi invenţii, sau cine ştie ce altceva? Cel mai înalt ţel al tău este să arăţi lumii întregi ceea ce vezi cu ochii minţii tale.

Violet: Este zâna sau spiriduşul cercului colorat. “Magicul” ţi-ar descrie cel mai bine viaţa şi modul tău de a te manifesta în lume. Mai degrabă vorbeşti despre miracole, magie şi comori de aur la capătul curcubeului, decât despre ceva monden. Concentrarea ta predilectă este spre sublim şi eteric. Superba lume a imaginaţiei este cea în care tu te simţi cel mai în siguranţă şi mai fericit(ă). Îţi creezi un mediu magic în care să-ţi trăieşti viaţa. Abilităţile tale psihice sunt puternice şi fin acordate.

Violet deschis: În prezent poţi traversa o perioadă de trezire spirituală magică profundă. Albul, o combinaţie între toate culorile spectrului curcubeului, reprezintă o transformare spirituală intensă, în timp ce violetul simbolizează viziune şi clarviziune. Combinaţia acestor două nuanţe arată că traversezi o perioadă foarte încărcată, de evoluţie magică.

Lavanda: Străluceşti şi radiezi din interior spre exterior. Nu numai că eşti magic, zână/spiriduş - ca şi creatură, parcă venit(ă) de pe altă lume, eşti de asemenea natural(ă). În prezentul tău, echilibrul te caracterizează, eşti cel/cea care-I inspiră pe ceilalţi. Ai nevoie de linişte, armonie şi pace în viaţa ta, îţi permiţi să te odihnesti din plin, să reflectezi şi să meditezi. În acest moment, prioritară îţi este direcţia spirituală. În majoritatea timpului, lucrurile de zi cu zi sunt foarte puţin importante, în comparaţie cu activităţile desfaşurate pe linie spirituală şi meditative.

Alb: Eşti energie creativă, eşti natural(ă), cu o conduita spirituală clară. Te caracterizează echilibrul, esti divin(ă), şi lumina albă ce te înconjoară îi ridică şi pe ceilalţi. Poţi acţiona din coroana chakrei tale. Mergi pe cale magică şi străluceşti profund.

Albastru/Alb: “Pace, dragoste şi transformare” îţi descrie cel mai bine tendinţa din acest moment. Eşti natural(ă), cu o conduită ireproşabilă spre energie spirituală pentru tine, dar şi pentru ceilalţi. Această lumină albastră arată că eşti într-o fază de regenerare. Dacă nu lucrezi în domeniul artelor holistice, poţi descoperi că îi încurajezi şi îi indrumi pe ceilalţi spre acestea, fără să-ţi dai seama. Cele mai înalte ţeluri prezente ale tale sunt să-ţi dobândeşti pacea interioară şi să-ţi dezvolţi relaţia cu Creatorul.

Albastru deschis: Spiritual, sensibil, pace şi iubire îţi descriu cel mai bine concentrarea acum. Lumina albastră arată că eşti într-o fază de regenerare, dar, în acelaşi timp, regenerezi lumina albă Divină. Funcţionezi şi pentru tine şi pentru ceilalţi ca şi îndrumător spiritual.

Albastru: În acest moment, experimentezi o pace interioară profundă în viaţa ta. Îţi doreşti armonie mai mult decât orice. Poţi fi într-o perioadă de relaxare şi reacumulare de energie. Dacă meditezi, poţi căpăta stare de bine. Spiritualitatea ta, odihna şi pacea sunt principalele tale preocupări în acest moment.

Acvamarin: Ai o natură sensibilă, paşnică, ştii cum să te concentrezi pentru a-ţi atinge ţelurile. Eşti un profesor, consilier, bioenergetician şi părinte înnăscut. Ştii cum să ajuţi, să încurajezi, să-i stimulezi pe ceilalţi cu aceeaşi energie, fermitate şi afecţiune. Oamenii răspund sensibilităţii şi preocupării tale şi au încredere în tine. Acum poţi traversa o perioadă de schimbări.

Turquoise: Ai o natură sensibilă şi practică. Esti un profesor, consilier şi părinte înnăscut. Te afli într-o perioadă de pauză, ai nevoie de timp pe care să-l petreci singur, să te odihneşti şi să te refaci. Autorecuperarea este esenţială în cazul persoanelor care în mod constant oferă ceva celorlalţi. Ai mare nevoie de o baie cu spumă.

Verde: "La treabă" te descrie cel mai bine. Ai ţeluri bine definite. Ai o viaţă bine organizată, deliberată şi economică. Esti ambiţios şi puternic. Eşti plin de compasiune şi poţi fi generos atât cât ţi se cere. Poţi fi un profesor excelent, dar şi un bun consilier, asistent social sau om de afaceri. Eşti plin de idealuri altruiste şi putere.

Galben/Verde: În prezent, poţi fi caracterizat ca fiind plin de compasiune şi idealism, combinate cu veselie. Ai idealuri măreţe şi nutreşti compasiune faţă de toate Fiinţele umane, şi vrei să te distrezi şi atunci când munceşti. Intelectul tău este strălucit şi eşti întotdeauna curios să afli lucruri noi. Poţi fi un bun cititor, devorând fiecare carte ce-ţi cade în mână pentru a descoperi subiecte noi şi interesante.

Verde/Galben: În prezent, poţi fi caracterizat ca plin de compasiune şi idealism, combinate cu veselie. Ai idealuri măreţe şi nutreşti compasiune faţă de toate Fiinţele umane, şi vrei să te distrezi şi atunci când munceşti. Doar pentru că eşti serios în a-ţi îndeplini idealurile, nu înseamnă ca îţi iei viaţa în serios. Eşti motiv de distracţie pentru ceilalţi, cărora le inspiri fericire şi o atitudine optimistă.

Galben: Bucuria şi fericirea te înconjoară. Optimismul tău este contagios, viaţă este terenul tău de joacă. Chiar şi cele mai plictisitoare munci casnice devin pentru tine un joc atunci când le tratezi ca atare. În inima ta eşti un copil care râde. Intelectul tău este strălucit şi curios, avid după nou şi culori îndrăzneţe.

Auriu: Atributul tău este prosperitatea. Norocul, abundenţa şi bucuria te înconjoară. Celorlalţi le inspiri căldură, optimism şi fericire. Încrederea ta în ceilalţi îţi este răsplatită cu dragoste, apropiere şi prietenie. Întreaga ta fiinţă radiază ca strălucirea soarelui şi ceilalţi se aşteaptă să le ridici moralul.

Oranj auriu: Vrei acum să te concentrezi pe bucurie şi creativitate. Prietenia, socializarea, distracţia şi să fii tu însuţi sunt priorităţile tale în acest moment. Faci din munca şi obligaţiile tale o plăcere şi îţi doreşti să te bucuri de fiecare moment. Ai un accentuat simţ al umorului. Viaţa îţi este un proiect distractiv şi creativ.

Oranj: Nu te poţi abţine să nu te exprimi creativ! În inima ta eşti un artist şi vibrezi la bătăile diferiţilor toboşari. Chiar acum te simţi puternic. Ai energia, entuziasmul, încrederea şi dorinţa de a dobândi orice îţi doreşti. Acum este momentul să acţionezi. Dacă ai în minte vreo idee originală sau creativă, trebuie să o pui în practică acum! Oranjul mai este culoarea originalităţii şi a independenţei.

Roşu/Oranj: Chiar acum ai tendinţa să te exprimi! Vrei să redai şi să-ţi promovezi ideile creatoare şi inspiraţia. Ai încrederea şi siguranţa de a acţiona pe cont propriu de a arăta lumii cine eşti. “Creativ şi dinamic” este cea mai bună descriere a ta. Poţi fi un mediator inspirat, sau artist, sau poate un întreprinzător cu un produs original. Orice faci va fi considerat de către ceilalţi charismatic şi original.

Roşu: Treci printr-o perioadă de schimbare şi abia dacă ai timp

să respiri. Laşi somnul deoparte! Ai multe de făcut şi ai energie de a muta munţii din loc în acest moment. Te consideri un lider dinamic şi, de multe ori, eşti în centrul atenţiei. În mod sigur, nu treci neobservat. Ai atâta energie, încât uneori, nu ştii ce să faci cu ea. Îi poţi obosi pe cei din jur cu entuziasmul tău incredibil.

Infraroşu: Poţi experimenta una dintre urmatoarele situaţii: te poţi simţi stresat, poţi traversa o perioadă de activitate intensă, poţi trăi emoţii puternice la maxim. Poţi fi atât de ambiţios şi plin de energie, încât poţi uita să mai şi dormi. Întreaga ta fiinţă este un vulcan care erupe în toate direcţiile energia forţei de viaţă. Viaţa ta socială şi cariera te inspiră acum. Visele tale devin realitate. Cu această culoare deasupra capului, aproape de partea de sus a fotografiei, aspiri la experienţe antrenante, aventuroase şi pasionale.

Aveţi în vedere acest capitol. Astfel de individualităţi există-n viaţă. De la violet la roşu, camera permite subiectului şi mediumului să analizeze diferitele stări.

CRISTALELE ŞI AURA
-8 -

Când fiecare dintre cele şapte chakre sunt deschise şi echilibrează Aura, vor fi clare şi vor radia lumina refractată printr-un cristal.

Andrine Morse

“Un cristal magic îţi poate schimba viaţa pentru totdeauna” - mi-a spus prietena mea când de ziua mea de naştere mi-a dăruit un pandantiv cu cristal. Am ştiut că spunea adevarul, şi că micul său dar mi-ar putea schimba viaţa în diverse feluri misterioase…

De foarte demult, alchimiştii, metafizicienii, ştiau despre amplificarea proprietăţilor cristalelor de cuarţ prin ioni. Aceste pietre superbe, au fost folosite de-a lungul secolelor pentru a crea relaţia cu Divinitatea, pentru conectarea cu energia Divină a Universului, şi pentru a lega fiinţa umană cu câmpul astral - dimensiunea în care mergem noaptea să visăm.

Linda Goodman, în *Semnele Stelelor*, spune că locuitorii Atlantidei puteau să înregistreze mai mult de 500 de ore de date/sunet într-un cristal de mărimea vârfului unui deget. Şi astăzi folosim cristale de cuarţ la ceasurile cu care măsurăm timpul.

Mai recent, s-a înregistrat o vizibilă predilecţie pentru colecţionarea cristalelor de cuarţ pur şi folosirea lor ca unelte în evoluţia spirituală. Mulţi bioenergeticieni folosesc cristalele în practica lor pentru a alinia şi echilibra câmpul energetic uman - Aura.

Catalizatori şi Transformarea Energiei

Cristalele au ceva în comun cu Aura noastră. Ele pot funcţiona ca transmiţători şi transformatori de energie. Din această cauză ţiganii, prezicătorii şi spiritiştii au folosit globuri de cristal pentru a putea vedea trecutul şi viitorul. Cristalul de fapt îi ajută "să se acordeze" cu imaginea psihicului, cu informaţia şi imaginile care plutesc în jurul câmpului psihic. Mulţi spiritişti şi prezicători nu au nevoie de cristale sau globuri de cristal pentru a-şi face bine treaba, dar folosind aceste instrumente se pot "acorda" mai bine şi mai uşor cu imaginile, culorile şi poveştile pe care le conţine Aura clientului.

Conform părerii lui Joy Gardner în *Culoare şi Cristale*, cristalele nu transmit doar energia, ele o şi amplifică. Ele se încarcă cu energia pe care le-o transmitem, iar ele transmit această energie în atmosfera exterioară, sau Aurei altei personae. De aceea practicanţii holistici, cum este şi Barbara Brennan (autoarea lucrarilor *Palmele luminii* şi *Invadarea Luminii*), folosesc cristale pentru a desena energiile străine existente în

Aura clienţilor lor.

Ca şi Aura noastră, aceste pietre sunt capabile să culeagă şi să înmagazineze energie din alte surse. Cristalele pot înmagazina energie pe o perioadă mai lungă de timp. Dacă nu sunt curăţate, ele vor înmagazina energia locului în care au fost ţinute, precum şi energia celor care deţin aceste cristale.

Cristalele mari, de cuarţ pur, nu adaugă doar frumuseţe şi simţul echilibrului, dar, de asemenea, intensifică vibraţia spirituală, înmagazinează energia spaţiului în care se locuieşte, atunci când sunt folosite în casă ca şi elemente decorative. Asemenea unui burete ele vor absoarbe orice energie negativă ce-ar putea pluti în atmosferă, astfel restabilind armonia în mediul înconjurător.

Vise într-un Cristal

Cum îţi pot schimba cristalele viaţa? Fiecare cristal are propriile calităţi. Ele pot folosi la echilibrarea diferitelor chakre sau a Aurelor. Mai pot arăta schimbări profunde. Vă amintiţi cristalul despre care v-am vorbit la începutul capitolului? Era un pandantiv cu cristal de cuarţ, cu un alt cristal mai mic în centru. Când era ţinut în lumina soarelui reflecta curcubeul. Pentru mine era un talisman aducător de noroc. Îl purtam în mod constant, chiar şi când dormeam.

În prima noapte când l-am purtat, am început să visez despre un loc frumos. Nu mai visasem acest loc incredibil înainte, mai mult decât atât, îmi era un loc cunoscut, ca şi curtea din spatele casei mele. Erau în visul meu şi munţi cu cărări şerpuinde. Am mers pe acele cărări prin jungle şi păduri pline de păsări cântătoare şi flori multicolore. Oamenii treceau îmbrăcaţi în haine strălucitoare, brodate. În visul meu cutreieram oraşe cu oameni care munceau răbdători zi şi noapte. Noapte de noapte, visul meu experimenta viaţă în acest loc superb, artistic, plin de culorile mele preferate. Am realizat nu demult că visam Guatemala.

La scurt timp după ce am primit cristalul, situaţia mea

financiară s-a îmbunătăţit simţitor. Am primit o asigurare substanţială în urma unui accident de maşină care avusese loc cu câţiva ani în urmă, plus o dobândă neaşteptată din partea companiei mele de asigurări. Am mai primit şi o mărire de salariu considerabilă la serviciu.

Când i-am povestit prietenei mele cum mi s-a schimbat norocul şi despre visele mele cu Guatemala de când ea îmi dăruise acel cristal superb, ea a râs şi mi-a spus: “Susana, nu ştiai că un cristal de cuarţ pur cu unul mai mic în centru, ajută o persoană să se manifeste pe plan financiar? Am ştiut că aveai nevoie de ajutor în acel domeniu. Din această cauză ţi l-am făcut cadou.” Prietena mea mi-a mai spus că a cumpărat cristalul de la un guatemalez din bazar. Ea a crezut că visele mele cu Guatemala sunt rezultatul energiei care a fost absorbită de cristal de la persoana care l-a purtat înainte. Eu doar m-am acordat la situaţie şi la persoană la nivel astral. Ea a spus: “Dacă vrei să nu mai visezi despre Guatemala, va trebui ori să îngropi cristalul, ori să-l ţii în apă câteva zile pentru a-l curăţa de energiile pe care le poartă. Aparent, vibraţiile fostului proprietar sunt încă foarte puternice în cristal.”

Împotriva sfatului prietenei mele am decis să port cristalul în continuare, aşa cum era. Mă bucuram în continuare de conexiunea mea cu Guatemala. Nu numai că am continuat să visez acel loc, dar am început să văd simboluri şi culori în explorările mele nocturne. În timpul meu liber, am început să desenez şi să pictez ce am văzut în visele mele. Nu după mult timp, am acumulat o impresionantă colecţie de lucrări, prea mare pentru a fi depozitată în cabana mea. Spre surprinderea mea, un patron al unei galerii de artă s-a îndrăgostit de lucrările mele colorate şi abstracte şi mi-a organizat o expoziţie exclusivă. Toate desenele şi picturile mele s-au vândut şi au existat cereri pentru alte lucrări! Aproape instantaneu, mi-am descoperit o nouă latură, am prevăzut că pot face carieră şi am putut atunci să-mi dau demisia, să renunţ la slujba prost platită de profesor. Toate aceste schimbări au început din momentul în care mi-am pus la gât acel cristal.

Utilizarea Cristalelor sau Însuşirea energiei Tale

De la primirea primului cristal, am început să colecţionez cristale colorate şi să le folosesc în mai multe scopuri. Încercaţi să folosiţi cristalele în urmatoarele feluri. Plasaţi-le în mijlocul unui cerc de meditaţie pentru a vă ajuta să vă concentraţi energia. Puneţi un cristal sub pernă, noaptea, pentru a vă ajuta să vă amintiţi visele. Purtaţi cristale ca bijuterii pentru a va echilibra şi întări câmpul electromagnetic. Puneţi un cristal într-un pahar cu apă, puneţi paharul în lumina soarelui timp de o oră şi apoi bucurati-vă de această bautură plină de energie. Când sunteţi trişti, întindeţi-vă şi plasaţi un cristal pe inimă pentru a vă ridica moralul. Când ştiţi că cel iubit va pleca pentru scurt timp, faceţi schimb de cristale cu acesta. Veţi putea astfel să ţineţi canalele telepatice deschise în ambele sensuri.

Să-ţi găseşti propriul Cristal

Cum găseşti cristalul care să ţi se potrivească? Fiecare persoană este unică şi produce propriile vibraţii. Este important ca atunci când achiziţionezi un cristal, să găseşti unul care să se imbine armonios cu câmpul energetic personal. Un cristal poate să-ţi echilibreze şi să-ţi energizeze Aura. Cristalul de care eşti atras în cel mai scurt timp, este probabil cel de care ai nevoie.

Urmează-ţi intuiţia atunci când aduci un cristal nou în viaţa ta. Ţine fiecare piatră în palmă şi simte-i energia. Este o energie puternică, moale, energizantă sau calmă? Care piatră te atrage şi pe care o respingi? Astăzi, oamenii poartă cristalele ca pe bijuterii, dar nu şi pentru a-şi întări câmpul Auric personal sau pentru a le absorbi energia spirituală.

Din moment ce cristalele absorb energie, vei putea să le cureţi în mod regulat de aceasta, scufundându-le în apa purificată, ori punându-le noaptea în Pământ sau într-o galeată cu nisip, sau doar lasându-le doar câteva ore în lumina puternică a soarelui.

Cristalele de cuarţ misterioase şi magice sunt darul Creatorului pentru noi, ca reflecţie a potenţialului nostru maxim, un instrument care să ne ajute să ne realizăm spiritual. Cristalele ne pot ajuta să învăţăm despre natura Aurei noastre şi ne reamintesc de curcubeul pe care îl îmbrăţişează.

CULORILE DRAGOSTEI
-9 -

Ce este energia? Energia este Dragoste, Lumină şi Conştiinţă. Cum îmi sporesc Energia? Sporeşte Dragostea…aprinde elementele şi direcţionează-ţi conştiinţa spre interior.

Janice Dye,
practicant Reiki

Nu ar fi interesant ca dintr-o privire să-ţi dai seama ce fel de partener este acel individ puternic? Aparenţele uneori înşeală. Chiar dacă eşti familiar cu acea persoană, poţi totuşi să ai nevoie de ceva timp pentru a o cunoaşte. Aura nu minte şi nu înşeală. Culorile superbe din câmpul Aurei unei persoane pot dezvălui adevarata natură a acesteia. Aura ta este unică asemenea unei amprente digitale. Ea dezvăluie multe adevăruri despre abilităţile potenţialului partener - dar şi despre ale tale!

Vechea zicală "contrariile se atrag" este adevarată în ceea ce priveste Aurele. Îndrăgostiţii sub 30 de ani îşi aleg partenerul(a) cu o Aură şi o personalitate diferită de cea proprie. Aceasta se întâmplă din cauză că noi, în mod inconştient ne dorim ca partenerul să ne rezolve problemele. Te-ai întâlnit vreodată cu cineva care părea total diferit faţă de tine? Relaţia sau căsnicia a două persoane diferite poate uneori întâmpina greutăţi. Din moment ce experienţa ta de viaţă este atât de diferită, este o provocare să încerci să comunici în mod eficient cu acea persoană.

După vârsta de 30 de ani, deseori tindem să alegem un

partener(ă) cu Aura şi personalitatea similare cu ale noastre. Aceste relaţii pot fi mai funcţionale şi mai fericite, din moment ce valorile şi vederile vă sunt similare.

O persoană poate avea în Aură una sau mai multe culori, dar una de obicei predomină. Această culoare defineşte profilul persoanei în cauză. Amintiţi-vă că Aura este un câmp ce vibrează. Culorile se pot schimba dramatic datorită stresului sau schimbărilor majore din viaţa persoanei respective. De obicei, culorile revin la starea iniţială, atunci când persoana începe să se echilibreze.

După realizarea a mii de fotografii şi după ce s-au pus foarte multe întrebări, am ajuns la concluzia că cele 6 culori de bază din Aură, corespund celor 6 tipuri de personalităţi, fiecare dintre ele cu o viaţă socială şi sexuală distinctă. Dacă ştii culoarea Aurei lui sau a ei, vei şti la ce să te aştepti din partea lor. Vrei să fii cu un roşu instabil? Sau preferi o relaţie cu un albastru sensibil şi înţelegător? Vom vedea mai departe cele 6 culori de bază. Reţineţi că descrierile nu se aplică întotdeauna, ele sunt mai mult tendinţe. Oamenii pot avea deseori în Aură mai multe culori puternice şi în comportament să manifeste o combinaţie a acestor tendinţe.

ROŞU: Roşul, de obicei, adoră sexul. Pentru ei sexul este o relaxare fizică, distractivă şi jucauţă. Roşii nu au nevoie neapărat nevoie să fie îndrăgostiţi pentru a se bucura de sex, deoarece pentru ei plăcerea fizică este cel mai important lucru. Sunt amanţi înfocaţi, nu se tem să-şi exploateze sexualitatea la maxim şi îşi pun în practică fanteziile sexuale! Roşu înseamnă energie puternică, fizică şi emoţională. Dacă îţi doreşti o experienţă sexuală incredibilă, cu un partener care să preia controlul, alege roşul.

ORANJ: Oranjul are nevoie de spaţiu. Dacă eşti foarte implicat în cariera sau ai nevoie de mai mult timp liber pentru propria persoană, alege un partener cu mult oranj în Aură. Oranjul este distractiv, iubeşte aventura, are energia sexuală a roşului, dar nu

va fi aşa de pretenţios. Oamenii cu Aura oranj sunt extrem de creativi, independenţi, deseori atletici şi, în mod frecvent, au nevoie să evadeze prin aventuri - se implică în proiecte creative pentru a-şi testa limitele. Un „oranj" ţi-ar putea cere să practici sporturi extreme, cum ar fi sky diving sau bungie jumping.

GALBEN: Lor le place foarte mult să discute, să teoretizeze şi să analizeze. Deseori, îi veţi întâlni în cafenele boeme, savurând un espresso aburind şi dezbătând entuziast problemele lumii, căutând rezolvările lor. Pentru ei, viaţa este o ghicitoare mentală, ce poate fi descifrată într-o manieră sistematică, logică. Curios din fire, un „galben" pune întotdeauna întrebări. Ca şi Dl Spock din *Star Trek,* un galben abordează lumea, în primul rând, mental şi raţional. Un „galben" mai degrabă dezbate punctele tale de vedere politice la prima voastră întâlnire, decât să-ţi devoreze trupul. Dacă te incită inteligenţa, isteţimea, atitudinea optimistă asupra vieţii, combină-te cu Dl sau Dna Galben.

VERDE: Verdele vine din inimă, iar generozitatea şi compasiunea lui nu cunoaste limite. El vrea să salveze lumea. Verzii pot fi doctori, asistente medicale, profesori, terapeuţi şi asistenţi sociali. Vor să se pună în slujba umanităţii şi să transforme lumea într-un loc mai bun. "Verzii" sunt tandri, loiali, iubiţi sensibili, preocupaţi mai mult de plăcerea voastră decât de a lor. Iubesc copiii şi animalele, mediul domestic îi încântă, ca şi viaţă de familie. "Verzii" pot fi şi ambitioşi. Ei tind să ajunga în vârf şi, deseori, sunt bine situaţi financiar.

ALBASTRU: Albastrul este sensibil. Are adâncime şi profunzime în sentimente, tânjeşte după comunicare şi intimitate. Deseori, sunt gânditori şi introspectivi. În general, nu sunt materialişti. O viaţă bogată spiritual, contemplativă şi creativă este mult mai importantă pentru ei decât bunăstarea materială. Mai presus de orice, albaştri îşi doresc să se îndrăgostească, îşi doresc relaţii pe care să se poată baza, relaţii în care să se dăruiască şi să se

descopere. Cu “albaştrii”, dragostea şi sexul merg mână în mână. Dacă îţi doreşti alături pe cineva adevărat şi emoţional aproape, alege un “albastru”.

PURPURIU: Aşteaptă-te la surprize cu un “purpuriu”! Aceşti nonconformişti fascinanţi trăiesc în propria lor lume minunată, sălbatică, nelimitată. Mai bine visează cu ochii deschişi şi fantazează despre sex, decât să o facă cu adevărat. Fantezia şi teatrul nu sunt poveşti pentru ei. “Purpuriul” care tinde spre pasivitate, se bucură de intimidate fizică după ce se simte în siguranţă şi au încredere în partenerul lor. Dacă vrei o relaţie în care să preiei controlul şi în care să-ţi explorezi fanteziile, un “purpuriu” este ceea ce îţi trebuie.

ROZ: Această culoare vibrantă apare uneori într-o anumită zonă a Aurei sau poate colora întregul câmp. Nu o catalogez ca şi categorie, ci mai degrabă ca semn ce indică o persoană îndrăgostită sau care începe să se îndrăgostească. Această culoare reprezintă dragostea universală şi necondiţionată. Deseori, persoanele care petrec mult timp împreună îşi vor “potrivi” energiile, iar Aurele lor vor arăta aproape identic. Câmpurile lor energetice vibrează pe aceeaşi frecvenţă şi sunt în echilibru. Partenerii acestor relaţii se simt foarte bine şi în armonie unul cu celălalt. Energia dragostei vibrează pe o energie înaltă. Când cineva este îndrăgostit, Aura sa se revarsă şi îşi intensifică culorile, făcându-le mai stralucitoare. Nu este întotdeauna dificil să recunoaştem o persoană îndrăgostită? Întreaga lor fiinţă umană pare să strălucească. De fapt, tu îi recunoşti vibraţiile şi reacţionezi la ele.

JOACA CU CULORILE
-10 -

De-a lungul timpului, a existat întotdeauna angajare a

”Înţelepciunii Culorilor” pentru a stabili armonia, pentru a susţine, a restabili şi a crea noul.
Roland Hunt, „Cele şapte chei către înţelepciunea culorilor”.

Te-ai oprit vreodată să admiri culorile radiante ale florilor sau foşnetul verde al pomilor primavară? Te simţi mai bun şi înnoit atunci când priveşti norii albi, pufoşi pe un cer senin şi albastru? Planeta noastră străluceşte de culori: culori care ne afectează emoţiile şi energia. Culorile ne pot face să ne simţim entuziaşti, renăscuţi, furioşi, pasionali, excitaţi, etc.

Încă de la începuturile umanităţii, practicanţii holistici şi artiştii au folosit culorile pentru a influenţa stările de spirit şi acţiunile. Regii purtau veşminte purpurii şi aurii create pentru a impresiona supuşii nu prin divinitate, ci prin abilitatea lor de a-i conduce. Preoţii şi preotesele deseori purtau albul, simbol al purităţii. Astăzi poartă negru cu alb sau negru din simplitate sau austeritate. Când a apărut teatrul, scenariştii şi-au montat producţiile color. Cadrele întunecate dau un aer misterios, iar cele luminoase şi colorate ne spun că este vorba despre o piesă muzicală sau o comedie.

Dacă înţelegeţi Aura şi chakrele, puteţi să vă daţi seama că toate culorile înseamnă mai mult decât simpla psihologie. Când vă înconjuraţi cu anumite culori, tindeţi să le “asortaţi” cu propria Aură. Dacă, în mod constant, vă înconjuraţi de ziduri gri şi purtati haine gri, Aura DVS poate lua această culoare. Prea mult gri duce la oboseală psihică, la extenuare.

Subconştientul joacă un rol foarte important, pentru că este “imaginea interioară”, înregistrează acele culori şi le crează în Aură. Trebuie să înţelegem că noi înşine suntem culori. Radiem culoare din toată fiinţa noastră, sub formă de lumină şi energie. Culorile pe care le vedem în lumea exterioară au un impact puternic asupra noastră. Deseori, aducem culorile în jurul nostru, chiar în Aura noastră .

Alegem culorile după dispoziţia pe care o avem. Dacă te simţi plin de bucurie, vei alege culori mai strălucitoare. Dacă eşti

trist vei alege negru sau gri. Aţi observat cum se îmbracă oamenii la înmormântări? Se îmbracă în negru, deoarece această culoare reprezintă tristeţea. Dar negrul te ancorează puternic în tristeţe pentru că este prezent în Aură. Purtând negru poţi prelungi starea de tristeţe şi suferinţă. Prin efectul pe care îl creează această culoare, este oare cea mai potrivită în această situaţie?

În Egiptul Antic, importanţa culorii era recunoscută, şi întotdeauna oamenii se înconjurau şi purtau nuanţe strălucitoare. Chinezii şi japonezii au fost şi ei conştienţi de importanţa culorii de-a lungul secolelor. În trecut, arta chineză feng-shui, folosea anumite culori în anumite locaţii: în casă pentru a aduce sănătate, relaţii mai fericite, ş.a.m.d.

În concluzie, este foarte important să alegi culoarea potrivită pentru fiecare moment. Tradiţiile modei fac să stabilească anume culori pentru situaţii prestabilite, dar ele nu pot funcţiona întotdeauna bine d.p.d.v. al energiei. Dacă maroul te poate indispune, chiar vrei să ai tapiţeria maşinii în această culoare, în condiţiile în care în maşină îţi petreci câteva ore zilnic? Dacă roşul nu este odihnitor, nu este recomandat în decorarea dormitorului. Daca tinzi să cazi în stări depresive, ai putea începe prin a elimina hainele negre din dulap.

Alegerea Propriilor Culori

Cum îşi aleg oamenii culorile? Fiecare culoare are propria frecvenţă energetică, atât fizică, cât şi spirituală. Noi absorbim acea culoare şi, implicit, energia acesteia. Oamenii, deseori, preferă nuanţe strălucitoare ce provin din roşu, roz, galben, albastru cald şi verde. Aceste persoane sunt tipul extrovertit. Persoanele introvertite preferă culorile reci: albastru rece şi tonuri de verde. Cei care preferă nuanţe închise au deseori o atitudine detaşată faţă de lume, deseori sunt mai fericiţi singuri, departe de societate şi de compania oamenilor. Oricum, dacă eşti introvertit şi îţi doreşti să îţi schimbi starea, poţi începe prin a purta culori extrovertite din când în când sau foloseşte-le în

decorarea casei.

Ce Pot Face Aceste Culori Pentru Tine?

ROŞU - Roşu reprezintă viaţă. Încurajează activităţile fizice, dansul, relaţiile pasionale şi distracţia. Sunt importante alimentele roşii ca ciresele şi tomatele. Dacă îţi doresti să fii mai curajos, zelos, pasional şi mai activ, încearcă să porţi mai mult culoarea roşie. Roşu şi oranj pot adăuga energie şi vitalitate. Dacă vrei să te linişteşti şi să reduci tensiunea din viaţa ta, poartă mai puţin culoarea roşu. Roşul în nuanţe pastelate cum ar fi rozul, este o culoare a feminităţii. Rozul este asociat cu dragostea. Roşul curat este mai masculin în nuanţe tari, cum ar fi roşul rubin sau roşul maroniu.

Persoanele care deseori poartă roşu, iau decizii rapid şi-şi asumă responsabilităţi. Sunt impulsive. De multe ori, sunt nervoşi şi încordaţi. Dacă eşti în preajma unei asemenea persoane, poartă culori mai calme, cum ar fi albastru sau verde. Aceasta îl poate ajuta să se echilibreze şi să se concentreze.

ORANJ - Oranjul energizează corpul. Nu este o culoare la modă - oamenii nu prea poartă haine de această culoare, dar ar trebui să o facă. Oranjul pune lucrurile în mişcare. Ajută la crearea energiei şi dă putere. Te conectează strâns cu viaţa. Cei care se îmbracă în oranj sau în nuanţe de culoarea piersicii şi a somonului, sunt oameni care solicită acţiune sau au în minte acţiunea. Pot fi timizi, dar totuşi, actionează şi obtin ceea ce-şi doresc. Oranjul îţi poate descoperi creativitatea sau abilităţi de comerciant, pentru că oranjul leagă emoţia de limbaj, te ajută să-ţi exprimi sentimentele. Oranjul este o culoare potrivită pentru birou.

GALBEN - Este mai mult o culoare mentală. Cei care poartă cu predilecţie galben strălucitor, sunt foarte analitici. Ştiu cum să-şi folosească corpul şi se miscă bine, iar mintea le este ascuţită ca o lamă. Galbenii pot fi comunicativi, distractivi, activi şi, uneori, foarte pretenţioşi în privinţa detaliilor. Un profesor poate purta

galben pentru a stimula gandirea pozitivă şi judecata elevilor săi. Când vrei să gândeşti clar poţi purta galben, atunci când dai un test de exemplu. Galbenul clar, strălucitor, este un stimulent mental, pe când tonurile maronii, nu. Este o culoare indicată pentru a-ţi zugrăvi camera de studiu.

VERDE - Cu verde smarald se realizează un echilibru perfect între minte, spirit şi corp. Este culoarea evoluţiei şi abundenţei. Dacă porţi haine verzi esti optimist, extrovertit şi energic. Cei care poartă verde sunt aproape de natură şi le place acest lucru. Culoarea mărului verde este potrivită pentru inducerea judecăţii intuitive şi clare. Persoanele care poartă verde sunt, de obicei, bine situate financiar.

ALBASTRU - Poartă albastru şi te vei relaxa, vei putea căuta adevarul pur. Albastru regal arată onestitate, judecată pozitivă în afacerile materiale şi, deseori, indică o persoană implicată în ştiinţă sau artă. Albastrul este integritate, sinceritate şi întelepciune. Mediumurile consideră albastrul ca fiind culoarea clarviziunii. Albastrul deschis te poate inspira la nivel creativ. Turquoise aduce noroc şi sentimentul abundenţei. Albastrul electric este definiţia performanţei.

INDIGO şi VIOLET - Indigo-ul este o culoare perfectă pentru profesori. Este o culoare elevată, şi mulţi o consideră foarte spirituală. Purtând indigo vei deveni mai realist şi mai strălucitor în atitudinea asupra vieţii. Te poate ajuta să dobândeşti abilităţi în profesia pe care ţi-o doreşti.

Dacă ai pierdut pe cineva drag, purpuriul este o culoare de doliu excelentă. Aduce pace sufletului şi este mult mai reconfortant decât tradiţionalul negru. În acelaşi mod, acţionează culoarea lavandei şi violetul.

ALB - Există un vechi adevăr: “Când ai dubii, poartă alb”. Funcţionează pentru că este neutru. Albul este o culoare cu un grad foarte mare de protecţie. Albul perlat este gentil şi iertător.

Albul strălucitor este o combinaţie de energie, putere, curaj şi vitalitate. Are toate culorile curcubeului. Foloseste albul şi nuantele lui moi în vestimentaţie şi în casa ta, pentru a te simţi expansiv şi puternic în incercarea de a-ţi îndeplini visele.

AURIU şi ARGINTIU - Auriul este o vibraţie protectoare care aduce putere interioară, înţelepciune şi abundenţă. Poartă auriu sau foloseşte-l în casă şi vei spori abundenţa şi inteligenţa în toate aspectele vieţii tale. Argintiul strălucitor este conotaţia inteligenţei şi perceptiei propriei persoane. Devii mai receptiv dacă porţi argintiu.

Culorile şi Situatiile Specifice

Structurile Sociale

Dacă vrei să fii acceptat într-un grup de oameni, încearcă să porţi culori magnetice strălucitoare, care-i vor atrage pe ceilalţi spre tine. Este cel mai bine să porţi nuanţele culorii tale favorite, pentru că ele predomină în Aura ta. Cu alte cuvinte, ele îţi arată adevarata ta faţă.

Interviuri pentru angajare

Când dai un interviu pentru angajare, poartă tonuri calde ale culorii tale preferate. Cel care te va intervieva, te va percepe ca pe o persoană caldă. Dacă vei purta maro cacao, gri metalic sau negru, acea persoană nu va fi atrasă de tine. În aceste culori vei părea obişnuit şi vei rămâne în urma celorlalţi candidaţi.

Meditaţia şi Psihicul

Pentru a-ţi deschide abilităţile psihice, trebuie să încerci aceste culori: Albastru curat stimuleaza clarviziunea. Albastru spre indigo aduce energie spirituală. Auriul te ajută să cunoşti nivelurile coroanei chakrei şi să vizualizezi când comunici cu Dumnezeu. Verde, albastru şi oranj pot fi folosite în bioenergie: energia verde echilibrează, cea albastră relaxează, cea oranj este stimulatoare şi vitală.

Artiştii

Dacă eşti cântăreţ şi eşti pe cale de a urca pe scenă, stabileşte-ţi costumaţia în mod corespunzător. Roz trandafiriu şi albastru electric sunt excelente de a fi purtate pe scenă. Rozul creează legături creative cu audienţa, albastrul atrage atenţia şi spune: “Sunt bun în ceea ce fac!”

Acasă

Roz prăfuit sau covoare de culoare verde foarte pal te ajută pe tine şi pe invitaţii tăi să vă echilibraţi şi să vă simţiţi bineveniţi. În bucătărie încearcă un galben solar sau un verde cald pentru a încuraja vitalitatea şi echilibrul. În dormitor foloseşte culori relaxante: violet deschis şi nuanţe de roz pentru a putea dormi liniştit. Nu vrei culori active care să te agite înainte să mergi la culcare. Chiar dacă roşul este culoarea ta favorită, alege pentru dormitor un albastru odihnitor, verde sau rozuri, care să te detaşeze la sfârşitul unei zile de muncă.

La serviciu

Dacă lucrezi la domiciliu, ia în consideraţie nuanţe de galben deschis sau de roz pentru a te energiza şi încălzi. Dacă lucrezi în afara casei, unde nu poţi alege singur culoarea pereţilor, poţi aduce câteva ghivece cu flori colorate cald sau să pui pe pereţi tablouri în culori calde. Într-o zi cu probleme la serviciu, nu-ţi doreşti un perete albastru marin.

Roşul este excelent pentru a stimula oamenii să cumpere. Restaurantele decorate în roşu au mai mulţi clienţi decât celelalte. Restaurantele chinezeşti folosesc arta feng-shui pentru a-şi dezvolta afacerea şi folosesc roşul. Este culoarea succesului. Purpuriul şi auriul sunt excelente, aduc sănătate şi bunăstare, ca şi verdele, culoare a evoluţiei şi a dezvoltării.

Pentru Relaxare

Când te recuperezi după o intervenţie chirurgicală sau ajuţi pe cineva drag să se recupereze, foloseşte obiecte verzi sau albastre, care să reflecte căldura. Ca să-ţi energizezi organismul: oranj, galben, roz strălucitor şi verde vital pot fi folositoare.

Îţi poţi spori vibraţiile cu ajutorul florilor. Florile albe sunt indicate pentru purificarea energiei, cele roşii sunt necesare în cazul unui fizic extenuat, care are nevoie de mai multă energie. De

asemenea, violetele, trandafirii şi geraniumul sunt dătătoare de energie fizică.

Jocul cu Culoarea

Folosiţi-vă de sugestiile de mai sus ca de un ghid jucăuş pentru a vă alege decoraţiunile interioare şi vestimentaţia. Experimentaţi ce aţi citit. Ca exercitiu, mergeţi prin casă ca şi când faceţi pentru prima dată acest lucru. Cum vă face să vă simţiţi fiecare cameră? Vă simţiţi apăsaţi sau în siguranţă? Verificaţi zonele din casă în care vă petreceţi majoritatea timpului. Ce culori predomină acolo? Cum vă fac ele să vă simţiţi? Pentru ca aţi învăţat să simţiţi şi să înţelegeţi efectul vibraţiilor culorilor în spaţiul personal, în Aura proprie, le puteţi folosi în avantajul DVS. Culoarea, odată înţeleasă, poate deveni o unealtă nepreţuită, foarte valoroasă.

A Imaginea energiei

1-Înainte de şedinţa Chi Gong
2-În timpul şedinţei Chi Gong
3-După şedinţa Chi Gong
4- Vârf: Aspiraţii
Verde în vârf = experimentarea evoluţiei/dezvoltării
5- Energie spre exterior
Roşu, în dreapta, exprimă vitalitate
6- Energie spre interior
Albastru în stânga = pace, energie ce intră
7- Exprimă vitalitate, experimentarea dezvoltării, se aşteaptă odihna.

B

1- Oranj şi roşu: excitaţie, atât la stânga, cât şi la dreapta; benzile albastre denotă dragoste.

2- Idei strălucite: contabil talentat, analist de sisteme, roşu la stânga = vitalitate ce vine spre Aură
3- Visător fericit: albastru dezvăluie pace, mulţumire, dragoste şi afecţiune.
4- Multifaţetat: oranj dinamic şi galben în vârf şi la stânga - foarte creative, verde la dreapta arată potenţial de dascăl.

C

1- Verde la dreapta: exprimă energie. Oranj în vârf: aspiraţii creative. Albastru la stânga: receptor sensibil.
2- Violet alb: personalitate spirituală. Albastru deasupra, aspiraţii paşnice.
3- Albastru: clar în vârf – comunicativ.
Violet: sensibil spre interior.
Verde: concentrat spre exterior.
4- Verde: dezvoltare, insistenţă, anduranţă.

D

1- Albastrul paşnic: aducere spre interior şi experimentare; galben: fericit, vise personale.
2- **Dr Hidy Hiraoka: Maestru Chi Gong energizează Aura, vede valurile de energie.**
3- Imaginea unui câine: câinii tind să arate oranj şi roşu, culori foarte active. Joey arată o Aură curcubeu foarte neobişnuită.
4- Aura aurie: energie îndreptată către viitor.

E

1- Infraroşu: manager dinamic, conducător, aventurier înnăscut, călător
2- Galben energizant: dreapta şi stânga cu violet/roz, deasupra: aspiraţii magice.
3- **Energie intensă: Aura roşie de adolescentă, cu galben intelectual deasupra.**
4- **Deschiderea către vizualizarea curcubeului, experimentarea**

veseliei

F: Cu Auracamera poţi vizualiza sufletele pereche
1,2 - suflete pereche, energii care se potrivesc.

G: Cupluri compatibile arată culori similare
1,2 - Culorile similare, deseori, fac ca o relaţie să funcţioneze mai uşor; oricum culorile diferite pot arăta o relaţie dinamică complementară.

CHAKRELE
Cercuri de culoare şi lumină
- 11 -
Jennifer Baltz

"...componenta de bază a Universului, sau miezul, este un fel de energie care poate fi mulată după cum o cere intuiţia umană...ca şi cum asteptările noastre interioare determină energia să curgă spre lumea exterioară şi să afecteze Sistemul energetic al altor persoane."
James Redfield, "Profeţia Cerească"

Centrele energetice ale Pământului

Locurile sacre, sau punctele energetice de pe Pământ, au o forţă aparte, sau o energie ce radiază din ele. Un asemenea loc este un vortex, o conexiune între un plan energetic şi altul.

Planeta noastră are multe vortexuri energetice majore, şi alte milioane de vortexuri energetice minore. Sedona, Arizona; Stanca Ayers (Uluru) în Australia; Insula Kauai, Hawaii; Stonehenge în Anglia, şi Delphi în Grecia, sunt doar câteva din exemplele de vortexuri majore. Pelerinajele spirituale în aceste locuri te transformă, din cauză că intervin în câmpul tau energetic. Câteva

dintre cele mai pertinente conştientizări ale mele au apărut când am vizitat acele locuri.

Punctele energetice umane: Chakrele

Corpul uman are centre energetice dinamice, ca şi Pământul. Acestea se numesc ***chakre.*** În Sanscrită (limba literară şi religioasă a Indiei antice), cuvantul "chakră" înseamnă "cerc". Multe culturi, chiar dacă au fost despărţite de mii de mile, asociază aceleaşi caracteristici şi culori fiecărei chakre.

Chakrele functionează ca transformatori de energie, ca şi punctele energetice ale Pământului. Captează energie din mediul înconjurător şi o disipă în Aura şi în corpul fizic pentru a-l energiza şi revitaliza. Energia este deseori transformată în vibraţii pentru ca organismul tău să o poată folosi. Chakrele nu numai captează energie, ele o şi eliberează în exterior. Această energie vitală pluteşte printre chakre şi este necesară pentru buna funcţionare zilnică a noastră .

Chakrele se rotesc ca şi cercurile/roţile. Sunt de mărimea unei monezi de argint de 1$, şi strălucesc în toate culorile curcubeului. Când un clarvăzător priveşte o chakră, el vede un cerc strălucitor în toate culorile curcubeului. Chakrele sunt superbe, ele seamănă uneori cu florile.

Chiar dacă "le vezi" sau nu, tu îţi folosesti chakrele zilnic. Când ai "presentimente pozitive", când spui ceva "din toată inima", îţi pui chakrele la treabă! Din cauză că functionează ca şi culoare de energie, ele îţi conectează corpul fizic cu partea mentală, emoţională şi spirituală a ceea ce reprezinţi tu în esenta. Chakrele conectează toate aceste componente pentru ca noi să putem funcţiona ca un întreg, ca o fiinţă umană completă.

Locatii! Locatii! Locatii!

Aşa cum Pământul are o axă în jurul căreia se roteşte (de la polul Nord la Polul Sud), tot aşa ai şi tu propria coloană vertebrală. Energia se deplasează în susul şi în josul coloanei tale

vertebrale şi prin chakrele tale, care sunt centrate în faţa vertebrelor (fig pg74).

Există 7 chakre pe toată lungimea coloanei tale vertebrale, plus cele situate în palme şi în talpi. Chakrele se rotesc cu viteză în sensul acelor de ceasornic. Dacă te simţi obosit, înseamnă că chakrele şi-au micşorat viteza de rotire. Uneori, chakrele "se înfundă" cu energie, asemenea filtrelor odorizante pe care le folosim în maşina personală, şi care uneori se înfundă cu praf şi scame. Alteori, un eveniment traumatic îţi va afecta chakra din cauza energiei care "curge" prea rapid prin aceasta.

Chakrele pot deasemenea să se deschidă sau să se închidă în funcţie de cantitatea de energie de care avem nevoie. Dacă vreţi să vedeţi cum se realizează acest lucru, imaginati-vă lentila unei camere foto. Puteti lăsa să pătrundă mai multă sau mai puţină lumină cu ajutorul aperturii.

Chakrele şi corpul fizic

Multe şcoli de medicină alternativă cum ar fi ayurveda şi acupunctura, se bazează pe conceptul meridianelor de energie şi pe sistemul chakrelor. Diferitele chakre şi canalele energetice din corp sunt responsabile pentru funcţionarea organelor şi sistemelor. Când canalele energetice, sau chakrele sunt blocate sau dezechilibrate, şi tu te vei dezechilibra fizic.

În corpul fizic, se spune că chakrele sunt conectate cu glandele endocrine. Aceste glande secretă hormoni care reglează procesele fizice şi psihice.

Cum functionează Chakrele

Chakrele preiau energia, o transformă, şi apoi o transferă Aurei pentru ca acestea să o poată folosi (BPI1989). Iată un exemplu de funcţionalitate a chakrei.

Mergi la serviciu dimineata şi observi că toţi colegii tăi sunt abătuţi. Toată dimineaţa, chakrele tale înmagazinează "energie negativă", şi o disipă în Aura şi corpul tău. După câteva ore,

începi să te simti şi tu abătut. Apoi, decizi să ieşi la prânz să iei masa ca să scapi de atmosfera aceea abătută. Mergi la restaurantul tău favorit, iar chelnerul te întâmpină ca de obicei foarte glumeţ şi bine dispus. El zâmbeste şi glumeşte cu tine, şi curând te simti şi tu fericit şi însufletit. Şi mâncarea şi viaţa ti se par acum "super"! Te întorci la lucru gata de treabă. După câteva ore, observi că cei din jurul tău sunt şi ei fericiti! Ce s-a întamplat? Entuziasmul chelnerului l-ai captat prin chakrele tale. Chakrele au disipat acest sentiment, energia pozitivă în Aura ta şi în corpul tau. Colegii tăi, de îndată ce au simtit energia Aurei tale, au captat-o şi ei în mod inconştient. Din acel moment, şi ei au început să se simta bine.

Pare prea frumos ca să fie adevarat, dar funcţionează! De ce? Să luăm alt exemplu. De secole, filozofii şi psihologii au recunoscut puterea gândirii pozitive. Nu de mult, acest concept a fost readus "în faţă" de către Norman Vincent Peale în cartea sa "Puterea Gândirii Pozitive".

Autodidacţi ca Anthony Robbins, Bernie Segal, M.Scott Peck, Dan Millman, Les Brown, şi mulţi alţii au promovat urmatorul mesaj: energia şi emoţiile sunt contagioase. Dacă te înconjori de oameni fericiţi, de un mediu în care se gândeşte pozitiv, poţi ajunge să te identifici cu acestia şi poţi crea ceva important. Anthony Robbins este un real exemplu. A început prin a locui într-un apartament atât de sărăcăcios utilat încât işi spăla vasele în cada de baie, şi acum deţine un castel pe malul mării. Conduce un imperiu multimilionar în dolari, şi îi învaţă şi pe alţii cum să facă acelaşi lucru.

Motivul pentru care gândirea pozitivă funcţionează aşa de bine este acela că chakrele preiau acele energii şi apoi le transmit Aurei. Chakrele "înghit" tot ce li se oferă - pozitivism, fericire, energie, tristeţe, pesimism, etc. Aşa că, dacă îţi vei "hrăni" chakrele cu imagini pozitive şi energie, ele vor disipa exact acelaşi material Aurei tale. Din acest motiv gândirea pozitivă este contagioasă. Cu cât vei crea mai multe imagini pozitive şi le vei transmite Aurei tale, cu atât mai pozitiv ţi se va manifesta viaţa.

Să ne exprimăm altfel. Imaginează-ţi că locuiesti în casa ta

24 de ore/zi, 7 zile/săptămână. Nu ieşi niciodată din casă. Mobilierul, decoraţiunile interioare şi alte lucruri personale devin lumea ta. Să spunem că aceste obiecte sunt reci şi întunecate, că nu există o gradină confortabilă în jurul casei. Psihic, este foarte posibil să începi să te simţi deprimat şi frustrat.

Pe de altă parte, să ne imaginăm că ai ferestre luminoase cu vederi superbe, mobila modernă, o curte superbă, s.a.m.d. Poţi să te simţi foarte fericit pentru mult timp, pentru că Aura ta este acasă 24 de ore/zi, 7 zile/săptamană. Ceea ce vei asimila va fi extras din realitatea exterioară pe care o traieşti, până cand îi vei schimbă datele.

Mai simplist, chakrele funcţionează precum uşile casei tale. Ele îţi permit să te conectezi cu lumea, şi să preiei energie de la ea. Ele îţi mai permit să treci dintr-o încăpere în alta - să te conectezi cu toate părţile spaţiului tău. Îţi foloseşti chakrele pentru a-ţi conecta natura spirituală, corpul fizic, emoţiile şi procesele mentale într-un tot unitar. Când ele se rotesc aşa cum trebuie, tu îţi poţi manifesta şi exprima visele!

Fiecare chakră controlează câte o parte a corpului tău, a minţii şi a conştiinţei. În fiecare cultură de pe Pământ, chakrele sunt asociate unei culori, emoţii sau note muzicale. Mai sunt asociate cu diferite simţuri şi glande. Cristalele sunt deseori folosite pentru a alinia chakrele.

Uneori o chakră poate să fie blocată de o "energie remanentă", atunci când o persoană duce un mod de viaţă repetitiv, care nu îi satisface nevoia de dezvoltare, schimbare şi varietate. De exemplu, un loc de muncă în care nu îţi este stimulată şi exploatată creativitatea şi procesele mentale, poate duce la stagnarea energiei în chakre.

Chakrele pot fi şi suprastimulate, pot rămâne blocate pe poziţia "deschis", ceea ce nu poate duce decât la distrugerea lor din cauza fluxului energetic continuu şi foarte rapid. Rănile, stresul, dorinţa de acumulare rapida, ambiţia exacerbată, pot duce şi ele la suprastimularea chakrelor.

Cele 7 chakre majore

Trebuie să adresez multumiri Dr Norman Easley, pentru însemnările sale cu privire la chakre şi emoţii, pentru lucrarea "Legiunea Luminii - Ghidul Conştientizării chakrelor", care este un excelent îndrumar în materie.

Chakra de bază (baza, prima chakră)
Culoarea traditională: Roşu
Nota muzicală: C
Localizare: Baza coloanei vertebrale
Simţ: Mirosul
Funcţii: Supravietuire, voinţă, autoconservare, vitalitate, pasiune
Cristale/Pietre: Rubin, garnet, bloodstone

Prima chakră este localizată la baza coloanei vertebrale. În multe culturi, chakra de bază este văzută în culoarea roşie, pentru că roşul este culoarea energiei şi forţei de viaţă, este culoarea primară a corpului omenesc. Prima chakră este un centru primar al corpului omenesc, ea conţinând dorinţa de a supravieţui, de a exista. Este punctul de ancorare cu Pământul.

În "Mesajul Mutanţilor de dedesubt", Marlo Morgan (1991) povesteşte cum şi-a redescoperit prima chakră când a însoţit un trib de aborigeni în Australia. În încercarea lor de a o învăţa cum să-şi folosească prima chakră, aborigenii au desemnat-o "lider pentru o zi". A însemnat că în acea zi ea trebuia să găsească hrana şi apa pentru toţi membrii tribului. La un moment dat a început să dispere pentru că nu găsise apa deloc, şi riscau să moară de sete cu toţii. Când a început să-şi deschidă prima chakră, să-i decodeze şi să-i folosească informaţiile, a condus tribul la un izvor subteran!

Corpul nostru are nevoie ca prima chakră să fie deseori stimulată. Din acest motiv urmărim filme de groaza, thrillere, de aceea escaladăm munţii şi practicăm sporturi extreme! Fără adrenalină viaţa devine plictisitoare. Când prima chakră este congestionată, suntem slăbiţi şi fără viaţă. Când, dimpotrivă,

prima chakră este suprastimulată, teama şi preocuparea pentru supravieţuire devin copleşitoare. Dacă ne dezechilibrăm, putem deveni obsedaţi de siguranţa financiară, de acumularea de bunuri, sau putem deveni excesiv de grijulii în ceea ce ne priveste siguranta propriului corp. "Noi sau ei", sau "ori eu ori el" este o posibilă atitudine ce se poate dezvolta pe baza unei chakre de bază suprastimulată.

Chakra sacrală (sacrala, sau a 2-a chakră)
Culoarea tradiţionala: Oranj
Nota muzicală: D
Localizare: Doi centimetri sub ombilic
Simt: Gustul
Funcţii: Creativitate, emoţii, sentimente clare, procreare, sexualitate, entuziasm
Cristale/Pietre: Coral, carnelian, chihlimbar.

Chakra sacrală este pozitionată doi centimetri sub ombilic. Văzută din spate, este chiar deasupra osului sacru. Culoarea chakrei sacrale este oranjul, culoare a energiei creatoare. Nu este întâmplător că energia creativă şi a 2-a chakră merg împreună, deoarece această chakră este conectată cu glandele reproductive ale ambelor sexe. Aducem creativitatea în viaţa noastră prin emoţii, care îşi au rădăcinile în chakra sacrală. Emoţiile ne dirijează viaţa: fără dorinţă şi dragoste, nu am fi motivati să procream!

Cel mai puternic sentiment pe care-l simţim parcă în stomac, se naşte când dorim pe cineva (când el/ea îşi exprimă dragostea reciproc - în filmele de dragoste), adică atunci când chakra sacrală se deschide.

Această chakră este şi suportul abilităţii de a percepe emoţiile celorlalţi. Când a 2-a chakră este congestionată sau închisă, poate duce la izolare, solitudine şi lipsa activitatii sexuale. Poate cauza şi dependenţă. În cazul suprastimulării, se înregistrează o dorinţă exacerbată de a fi în atenţia celorlalţi, de a exagera în alimentaţie, în experienţele sexuale şi în acumularea

bunurilor materiale.

Chakra plexului solar (a 3-a chakra)
Culoarea tradiţională: Galben
Nota muzicală: E
Localizare: La nivelul diafragmei, sau al plexului solar
Simţ: Vederea
Funcţii: Reglează energia forţei de viaţă, activitatea mentală şi auto-împuternicirea
Cristale/Pietre: Aurul, topazul, chihlimbarul, ochiul de tigru

Chakra plexului solar se află în centrul corpului tău, acolo unde coastele întâlnesc diafragma, punct deseori văzut colorat în galben. Galbenul este o culoare stimulantă, deseori asociată cu activitatea mentală creativă. Această chakră reglează energia forţei de viaţă a organismului şi arată cât eşti de creativ. De aici îşi iau energie visele tale.

Chakra plexului solar îţi dă puterea de a concura şi a ieşi învingător. Este chakra eu-lui interior. Când aceasta este deschisă şi se roteste aşa cum trebuie, te simţi viu, încrezător şi energic. Tu ai o limită. Când a 3-a chakră este congestionata, emoţional te simti frustrat, confuz şi nesigur în încercarea de a-ţi îndeplini visele. În cazul în care a 3-a chakră este suprastimulată, poate să apară competitivitatea exagerată şi un comprtament centrat pe propria persoana.

Multe tipuri de afaceri sunt plasate în vibratiile chakrei a 3-a. Cu alte cuvinte, aici îşi are punctul de plecare "munca în echipă" pentru a avea succes. Dacă şefii nu se înscriu în această echipă, energiile şi îndatoririle transpuse angajaţilor devin copleşitoare.

Ulcerul şi alte boli digestive sunt simptomele unei chakre solare suprastimulate. Întreruperea pentru o scurtă perioadă a muncii obositoare, şi înlocuirea cu perioade de odihnă şi inspiraţie creatoare, pot evita suprastimularea chakrei în discuţie.

Chakra inimii (a 4-a chakra)
Culoarea tradiţională: Verde

Nota muzicală: F
Localizare: În centrul pieptului, chiar sub stern
Simt: Pipăitul
Funcţii: Conectare cu toate lucrurile/obiectele, apartenenţă, afinitate, dragoste, respect de sine, evoluţie.
Cristale/Pietre: Smarald, jad, cuart roz, turmalin

Verdele este o culoare asociata cu chakra inimii - culoare a empatiei şi a Pământului. Este chakra respectului de sine, dar şi locul de conectare a fiecăruia cu persoana iubită. Chakra inimii transformă iubirea fizica în dragoste.

A 4-a chakra este locul unde stocăm noi toate amintirile eşecurilor şi erorilor trecutului. Barbara Brennan, a notat că toată cultura noastră lucrează împreună pentru a întări chakra inimii.

Această chakră mai este şi locul de întâlnire al corpului cu spiritul. Este locul unde comunici cu tine insuţi şi locul unde îţi regăseşti respectul de sine. Dacă această chakră este congestionată, poate induce sentimentul de dezechilibru, şi poate crea dificultăţi în a oferi celorlalţi dragostea ta. Exact invers funcţionează o chakră a inimii suprastimulată: poate indica un individ mai preocupat de bunastarea şi binele celorlalti decât de binele propriei persoane.

Chakra gâtului (a 5-a chakra)
Culoarea tradiţională: Albastru ca cerul
Nota muzicală: G
Localizare: La nivelul gâtului
Simt: Auzul
Funcţii: Comunicare, vorbire, arta de a cânta, arte creative înalte, inspiraţie divină, telepatie
Cristale/Pietre: Turquoise, topaz, lapis, acvamarin

Albastrul, culoarea comunicarii şi a inspiraţiei artistice, este culoarea tradiţională a chakrei gâtului, situată la baza gâtului.

A 5-a chakră guvernează abilitatea de a exprima idei, de a dobândi energie creativă care apoi curge spre braţe şi palme sub

formă de cuvinte scrise sau creaţii psihice. Ca şi cântareţ, am observat că în funcţie de tipul şi cantitatea de energie care curge prin a 5-a chakră, se pot distinge diferenţele în adâncimea, puterea şi timbrul vocii cântăreţului(ei).

Chakra gâtului deasemenea guvernează abilitatea psihică telepatică. Mulţi oameni de aceeaşi cultură din ziua de azi, au dificultăţi în a-şi exprima sentimentele. În loc să spună ceea ce simt, doar se gândesc la ceea ce simt. Gândurile neexprimate sunt transferate în undele telepatice (în conştiinţa colectivă).

Telepatia este arta de comunicare a gândurilor, sentimentelor şi ideilor nu prin vorbire sau scriere. Ai avut vreodată o convorbire mentală cu cineva? Mesajul este eliberat prin chakra gâtului, şi deseori ajunge la destinatar. Este posibilă şi comunicarea telepatică cu animale.

O chakră a gâtului congestionată arată o persoană căreia nu-i place să comunice, sau care are probleme cu creativitatea. Suprastimularea chakrei gâtului poate induce frică şi îngrijorare.

Chakra sprâncenelor (al 3-lea ochi, a 6-a chakra)
Culoarea tradiţională: Indigo (Albastru inchis)
Nota muzicală: G
Localizare: Chiar deasupra sprâncenelor
Simţ: Intuiţie
Funcţii: Clarviziune, intuiţie, spiritualitate, conectarea ideilor, crearea unei imagini despre viaţă.
Cristale/Pietre: Lapis, azurit, sodalit, cuarţ, safir

Chakra sprâncenelor, sau al 3-lea ochi, este poate cea mai cunoscută dintre chakre. Este localizată în centrul fetei, între sprâncene, şi este locul clarviziunii. Indigo-ul deasemenea este considerată culoarea clarviziunii.

Când închizi ochii fizici, îţi foloseşti al 3-lea ochi pentru a vedea filmul mental. Mai foloseşti acest al 3-lea ochi pentru a crea imaginile mentale despre care am vorbit într-un capitol anterior. Aici este centrul ideilor şi al imaginaţiei. Fără această chakră nu ne-am putea construi visele. De ce? Pentru că mai întâi

este nevoie să vizualizăm şi apoi să construim. De exemplu, dacă nu îţi poti imagina cum este să ai propria afacere, sunt şanse foarte slabe ca să realizezi aşa ceva vreodată. Este o chakră extrem de idealistă - exprimă imaginaţia şi dorinţa la cel mai înalt nivel. Mai este şi nivelul intuiţiei abstracte aici, pe care o folosesc mulţi ingineri şi tehnicieni - abilitatea de a găsi soluţia, fără ca să parcurgă paşii logici (BPI 1989).

Dacă al 3-lea ochi este congestionat, se va înregistra lipsa imaginaţiei, sau a expresivitatii ideilor. Prea multe lucruri bune în această chakră pot duce la a visa imposibilul, ca Don Quijote.

Chakra coroanei (a 7-a chakra)

Culoarea tradiţională: Violet, alb, auriu
Nota muzicală: B
Localizare: În vârful capului
Simţ: Cunoaştere
Funcţii: Cunoştinţe şi iluminare, conectare cu planurile înalte ale conştiinţei, Voinţa Divină, adevarul spiritual, planul divin al Universului, siguranţa.
Cristale/Pietre: Ametist, diamant, cuarţ

Probabil că ai auzit zicala "Mi-a venit ideea din minte". Este un exemplu că chakra coroanei este pusă la treabă. Noi captăm informaţiile spirituale şi energia prin chakra coroanei. În mod tradiţional, culoarea chakrei a 7-a este violetul, culoare a misticismului şi spiritualitatii. Alte culori care se mai asociază chakrei coroanei sunt albul şi auriul. Albul este o vibraţie înalt spirituală, iar auriul este culoarea iertării - mulţi energeticieni şi mediumuri cred că Isus a folosit aceste vibratii în practica Sa miraculoasă (vezi referirile la Biserică).

Chakra coroanei este locul Voinţei Divine, al siguranţei, este uşa privată către corpul tău. Spiritul tău o foloseşte pentru a-ţi conecta corpul cu spiritul. Când visezi noaptea, pleci prin intermediul coroanei pentru a ajunge în câmpul astral, şi te întorci dimineaţa. Părăsirea corpului noaptea, crează un spaţiu benefic regenerării spirituale, la fel de practic ca şi odihna fizică.

Când îţi aminteşti visele, o faci cu ajutorul coroanei. Julia Cameron (1992) în "Calea Artistului" recomandă folosirea unui jurnal, sau a unei înregistrări matinale, pentru a nota fragmentele creative din visele de peste noapte, ca apoi acestea să fie puse în practică. Paginile matinale sunt un instrument care ajută chakra coroanei la extragerea inspiratiei astrale.

Dacă această chakră a coroanei este congestionată, poate duce la confuzie şi nesiguranţă. Dacă este suprastimulată a 7-a chakră, se poate crea necesitatea ori pentru putere şi control, ori o deconectare de realitatea fizica şi relaţiile interumane.

Palmele şi tălpile tale

Fiinţele umane au chakre în palme şi tălpi. Chakrele din tălpi sunt cele care captează energiile Pământului. Chakrele din palme pot folosi la perceperea energiei, la captarea energiei, sau ca şi canale de transmitere a energiei către exterior. Practicanţii spirituali, folosesc chakrele palmelor ca şi conductori pentru energia pe care o induc subiecţilor. De exemplu, Dr. Ostad Hadi Parvarandeh (1996,9), profesor şi energetician iranian foarte cunoscut, spune că el este "un medium prin care energia Universului este îndreptată şi transmisă celorlalţi". Această energie universală curge prin palmele sale, către şi în persoana receptor.

JOCURILE CONŞTIINŢEI ENERGETICE
- 12 -

Pentru tine, atât de multe din lucrurile neobişnuite s-au întâmplat mai târziu, încât Alice a început să se gândească că într-adevar cele câteva lucruri erau imposibile.
Lewis Carroll, "Aventurile lui Alice in Tara Minunilor"

Perceperea energiei

Trăim într-o lume a energiilor interconectate. Gândiţi-vă la lumea noastră ca la o reţea de Internet foarte extinsă. Prin Internet poţi trimite o scrisoare cuiva aflat la 3.000 de km depărtare în doar câteva secunde. Mai poţi citi reviste şi ziare scrise de cele mai luminate minţi de pe Pământ - care trăiesc în Botswana sau Suedia epre exemplu. Nu numai că intri în contact cu alte persoane prin Internet, dar poţi chiar să comunici/interacţionezi cu ei. Îi poţi învăţa pe acei oameni, lucruri care să le afecteze vieţile, chiar fără să-ţi dai seama, sau ei pot să-ţi ofere adevăruri profunde despre viaţă. Voi încă nu v-aţi atins, nu aţi stat de vorbă, şi nici nu v-aţi văzut.

Aşa functionează energia în Univers. Fizicienii au descoperit că particulele de energie ne pot afecta pe toţi , chiar dacă ne aflăm la distanţe foarte mari unii de altii. Uneori aceste particule par să aibă constiinţă, pentru că ele iau decizii în privinţa locului de destinaţie, unde ajung în final. Sunt particulele de energie inteligente? Nimeni nu ştie răspunsul exact. Totul este interconectat, se află într-o relaţie de interdependenţă cu restul Universului. Totul are efect asupra restului lumii. Ceea ce faci tu aici în viaţa ta de zi cu zi, se va repercuta şi va avea efect asupra lumii care te/ne înconjoară.

Acelaşi concept pe care l-am aplicat acţiunilor/faptelor se poate aplica şi gîndurilor. Oamenii de ştiinţă au făcut studii pe maimuţe sălbatice şi pe cimpanzei, studii care au demonstrat că animalele sunt conectate la un nivel mult mai adânc decât cel fizic. Ei au lucrat cu un grup de cimpanzei izolaţi de alt grup, şi le-au dezvoltat anumite abilităţi. De exemplu, le-au arătat un alt mod de a coji şi mânca o banană. După scurt timp, tot grupul reunit de cimpanzei mânca banana în acel nou mod, fără ca sa fi fost în contact fizic.

Cum au comunicat? Poate că au comunicat prin telepatie, etalând unii altora noile imagini mentale. Ar mai fi putut să viseze în grup şi apoi să transfere celuilalt grup imaginile şi informaţiile

noi pe care le-au dobândit. Oricum ar fi făcut, au comunicat între ei, şi şi-au perceput reciproc energiile.

Lumea nu este niciodată plictisitoare, aşa că priveşte în straturile de la adâncime. Vei descoperi o lume dinamică, plină de culoare şi lumină, de sentimente şi trăiri, de energie dinamică.

Perceperea energiei este de fapt câştigarea experienţei de viaţă care te va face mai bogat. Pentru început, aminteşte-ţi că paşii mici, ca ai unui bebeluş, sunt cei care te vor duce în direcţia dorită, la obiectivul dorit.

Supraîncarcarea senzorială

Când vei începe aceste practici/jocuri, vei ajunge la concluzia că nu simţi şi nu vezi nimic. Există o explicaţie pentru acest lucru, şi nu este aceea că nu ai talent sau că ai face tu ceva greşit.

Tu eşti înconjurat de senzori supraîncărcaţi. Este o lume bogată, iar noi oamenii i-am adăugat dimensiunea artificială şi ideile. Noi suntem bombardaţi cu imagini toată ziua. Multe dintre ele vor încerca să te convingă să faci ceva anume sau să cumperi ceva. Când conduci, vezi nenumarate panouri publicitare. Auzi reclame la radio şi la TV. Mergând pe stradă, nu te poţi abtine să nu observi vitrinele magazinelor decorate în roţu şi alb ca să atragă atenţia.

Panourile publicitare sunt strălucitoare, de foarte mari dimensiuni, sau foarte gălăgioase! De ce? Deoarece trebuie să ne atragă atenţia în proporţie de 95%. De multe ori ignorăm aceste mesaje publicitare. Realizatorii reclamelor sunt conştienţi că atragerea atenţiei noastre este echivalentă cu fluturarea unui steag roşu chiar sub nasul nostru. Din moment ce am învăţat să arătăm dezinteres faţă de aproape orice, este logic că am învăţat şi cum să ne ignorăm unele din abilităţile noastre native, sau senzaţii.

Energia vorbeşte în şoaptă - ea nu strigă în gura mare (cu excepţia filmelor cu poltergeist). Înainte să începi aceste jocuri de conştientizare a energiei, trebuie să creezi un spaţiu calm şi receptiv pentru a putea recepta acele şoapte.

Pentru câteva minute, aşează-te şi relaxează-te într-un spaţiu liniştit. O gradină odihnitoare, sau curtea unei case este ceea ce îţi trebuie. Observă mediul înconjurător. Nu te gândi la el - priveşte doar şi respiră adânc. Simte umezeala aerului şi briza ce-ţi mângâie chipul. Ascultă sunetele şi zgomotele. Observă copacii şi florile, cerul şi clădirile învecinate. Priveşte toate culorile. Dacă porţi ochelari, încearcă să nu-i foloseşti în meditaţia ta pentru ca să realizezi cât de conştient eşti de ceea ce te înconjoară chiar şi fără ajutorul lor. Câmpul tău vizual va fi mult mai larg fără acele rame care te limitează.

O expertă în comunicarea cu animalele, Penelope Smith (1996), spune că dacă observi animalele, o să realizezi că ele sunt într-o permanentă stare de alertă tăcută. Chiar când dorm sau torc, câinii şi pisicile, pot ajunge la starea de trezire şi acţiune în doar câteva secunde. Ceea ce tu consideri lenevie la un animal (stă tolănit şi adulmecă briza), este de fapt o stare de percepţie tăcută, de observare a detaliilor, şi de adulmecare a mediului. Acesta este nivelul unde perceperea energiei subtile este experimentată.

Când animalul tău este calm încearcă unul din aceste jocuri. Dacă vrei să vezi diferenţa dintre cât de liniştită este viaţă ta în realitate şi ce poate face contemplaţia pentru conştientizare, încearcă jocul de mai sus. Vei vedea diferenţa.

Dacă încă nu poţi percepe energia, ai răbdare cu tine însuţi, şi doar observă dacă simţi ceva diferit, orice. Poate că atenţia ta îţi este distrasă în altă parte. Numele jocului este conştientizare, nu perfecţiune. Cu cât eşti mai conştient de ceea ce te distrage sau te copleşeşte, cu atât îţi va fi mai uşor să reuşeşti.

1. Perceperea energiei

Pregătirea

Aşează-te într-un loc liniştit. Asteaptă puţin pentru a permite percepţiilor tale să se extindă în mediul înconjurător. Acum, execută o mişcare circularăa cu degetul mare în palma mâinii

opuse. Poţi simţi o uşoară gâdilitură. Vezi dacă simti vreo diferenţă între cele două palme. Acum execută aceeaşi mişcare cu celălalt deget în cealaltă palmă. Ai început să-ţi deschizi şi să-ţi activezi chakrele din palme.

Eliberarea energiei către ambele palme

Chakrele din palme sunt mici centre energetice, situate chiar în centrul palmelor tale. Se adaptează atât la perceperea cât şi la eliberarea energiei. Decide acum să trimiţi energie prin ambele palme.

Următorul pas este să iţi depărtezi palmele cam la 3 cm una de alta, în faţa ta. Încearcă foarte uşor să apropii palmele şi vezi dacă simţi la un moment dat un punct care opune rezistenţă. Acest punct este de fapt energie ce se elibereaza în sens contrar din ambele palme.

Eliberare şi receptionare de energie

Respiră adânc de câteva ori, şi observă cum te simţi după ultimul joc. Simţi tensiune în vreo parte a corpului tău? Fii conştient de această senzaţie încă de la început.

Hotărăşte apoi că vei continua să eliberezi energie prin palma dreaptă, şi o vei recepţiona în palma stângă. Tot ce trebuie să faci este să îţi imaginezi că palma stângă este setată pe recepţie.

Mişcă palmele la cel putin 3 cm în faţă şi apoi apropie-le uşor. Observă ce se întâmplă pe măsură ce palma dreaptă se apropie de cea stângă. Ce observi în fiecare palmă?

Aminteşte-ţi că aici nu sunt răspunsuri adevarate sau false. Fiecare din noi experimentează energia în propriul mod. Poţi să simţi presiune, atingere uşoară, căldură, răceală sau poţi vedea o lumină în palme. Toate acestea pot fi răspunsuri corecte

2. Perceperea energiei împreună cu un partener

Uneori este mai simplu să percepi energia când lucrezi impreuna cu un partener. De ce? Pentru că tu eşti foarte obişnuit

cu propria energie - este în fond a ta! Energia altei persoane poate avea alte vibraţii, diferite de ale tale.

Pregătirea

Hotărâţi care dintre voi va percepe primul energia. Amândoi veţi putea să vă pregătiţi într-un loc liniştit, aşa cum am procedat la punctul 1, şi realizaţi cercurile în palme cu ajutorul degetelor mari.

Ambii parteneri eliberează energie

Amândoi veţi decide să eliberaţi energie în palme. Apoi, aşezaţi-vă şi ţineţi mâinile ridicate, opuse una alteia, şi apropiaţi-le încet. Observaţi când începeţi să percepeţi o senzaţie diferită între voi. Discutaţi după un timp ceea ce percepeţi.

Partenerul nostru eliberează energie

Hotărâţi-vă care dintre voi este Emiţătorul şi care Receptorul de energie. Receptorul trebuie să acţioneze butonul de recepţie, iar Emiţătorul trebuie să rămână setat în modul de emitere.

Repetaţi jocul şi schimbaţi rolurile, şi notaţi percepţiile în ambele poziţii (de Emitator şi de Receptor), şi dacă ele diferă de cele ale partenerului. Cel mai probabil este că ele vor fi diferite. Dacă eşti mai kinestetic (mai bine orientat sentimental), probabil că vei percepe energia mai rapid, cu mai mare uşurinţă. Dacă eşti mai concentrat pe vizual, poţi percepe energie prin fasciculele luminoase prezente în palme, sau prin intremediul a "nu ştiu ce", fără ca să vedeţi culori, dar în mod sigur veţi percepe energie.

Încercaţi să jucaţi acest joc cu mai mulţi parteneri, pe rând, şi notaţi ce simte fiecare dintre ei. Din nou, percepţiile voastre vor fi diferite de cele ale celorlalţi, deoarece vibraţiile energiilor noastre sunt unice. Fiecare dintre noi "simte altfel" nivelele energetice.

3. Jocul nasturelui (BPI 1995)

Materiale necesare

Un nasture de mărime medie, fir de aţă.

Crearea unui pendul

Întâi montaţi nasturele pe un fir de aţă de aprox 8 cm, şi asiguraţi-l. Felicitări! Aţi creat un pendul.

Deschiderea chakrelor din palme

Executaţi o mişcare circulară cu ajutorul degetului mare în palma opusă, şi hotărâţi să deschideţi chakrele din palme, cerându-le să se regleze în modul de eliberare.

Rotirea pendulului

Mişcaţi pendulul deasupra palmei activate la o distanţă de aprox 2 cm. Veţi observa ca pendulul va începe să se rotească în cerc. S-ar putea să trebuiască să coborâţi sau să ridicaţi puţin nasturele pentru ca pendulul să înceapă să se rotească, în funcţie de câtă energie eliberează chakra palmei.

Observaţi direcţia în care se roteşte pendulul. Aceea va fi şi direcţia în care vi se roteşte chakra. Opriţi pendulul şi cereţi chakrei din palmă să inverseze sensul de rotire. Observaţi dacă aceasta se conformează.

Dacă pendulul nu se mişca, vă puteţi întoarce la faza de relaxare de la începutul capitolului. Câteodată vă puteţi strădui prea mult, şi nu veţi obţine rezultate tocmai din acest motiv. Acest tip de exerciţii consumă foarte puţin efort fizic, deoarece ele sunt exerciţii psihice.

În încercarea de a analiza cum funcţionează est tip de percepţe, veţi descoperi că este ceva dificil, dar numai din cauză că vă concentraţi atenţia cu precădere asupra analizării rezultatelor decât asupra experimentării unei noi situaţii. Ar fi mai uşor dacă te vei hotărî să experimentezi întâi şi abia apoi să analizezi rezultatele.

Mai toată viaţa am dansat cu mările de energie în care înotam. Prin acest dans am descoperit că această energie ne sprijină, ne hrăneşte, şi ne dă viaţă. Ne percepem reciproc prin ea; suntem creaţi din ea; este parte din noi
Barbara Brennan, "Palmele Luminii"

Vizualizarea focului argintiu

"*Când aveam 14 ani, stăteam pe un scaun în casa noastră de la ţară, şi mă uitam în gol pe câmp, încercând să văd energie. La început, mi-au ieşit ochii din orbite de atâta concentrare. După un timp eram frustrat şi mi s-a făcut somn. În curând doar priveam, nu mă mai străduiam să văd ceva. Brusc, am vazut cum din pomi erupe un foc argintiu. Stăteam uimit, şi mă gândeam că este o imagine "de după". Am plecat de la fereastră şi am vazut că mama se apropia. Spre surprinderea mea, mama parcă stătea în mijlocul unui nor colorat.*"

Această povestire a lui Aljadin, un practicant spiritual notabil al Artelor curative chinezesti (cum ar fi Qi Gong, Chi Kung, şi Fa Lun Gong), ne relatează prima întâmplare cu perceperea Aurei. Mulţi oameni văd Aura pentru prima dată în mod "accidental"/involuntar, în copilărie. Aljadin spune că abia dupa o perioada considerabilă de timp a putut vedea Aura voluntar.

"Cândva, mai târziu, am devenit amic cu un medium, prieten al mamei mele, care mi-a spus să-mi pun degetul în locul celui de-al 3-lea ochi, şi să îmi imaginez o lumină albă ce pătrunde în acest punct, în timp ce spun în minte "deschis". Această tehnică nu functionează decât dacă te afli într-o stare de relaxare totală. Am încercat de mai multe ori, în ciuda frustrărilor mele. Nu a funcţionat. Mai târziu, când am început practicarea ch'i kung, am

învăţat să-mi direcţionez şi să-mi forţez ch'i-ul. Cu grijă l-am direcţionat către al 3-lea ochi, care era deschis. Din acel moment am început să văd spiritul în mod voluntar."

Aljadin descrie propria tehnică de vizualizare a Aurei, Spune că, mai întâi, este important să-ţi induci o stare de relaxare totală. Meditaţia, câteva minute liniştite petrecute în grădină, sau exerciţii subtile de mişcare a energiei (ch'i kung), te pot ajuta să ajungi la acea stare de relaxare. Pasul următor pe care îl recomandă este:

"*Imaginează-ţi că o lumină albă pătrunde prin al 3-lea ochi al tău. Cu grijă, directionează-ţi ch'i-ul (energia) către al 3-lea ochi. Dacă execuţi aceşti paşi într-o cameră luminată, este un mod de pornire potrivit. Eu, personal, prefer Fiinţele vii, cum ar fi plantele sau oamenii pe care te poţi concentra. Apoi doar priveşte. Dar nu te holba. Dacă vei privi foarte insistent, vei obţine imagini <de după>, din cauza extenuării pigmenţilor foto prezenţi în ochi. Un mod potrivit pentru a testa imaginile pe care le vezi, este să iei o foaie de hârtie albă şi să o aşezi în faţa ta, după ce crezi că vezi Aura. Dacă vei vedea o imagine care este similară în natură cu punctul tău focal, atunci înseamnă că te străduieşti prea mult şi ceea ce vezi sunt imaginile <de după>. Câteodată procesul poate dura mai mult.*"

Chiar şi aşa, Aljadin notează că, "şi acum, vizualizarea Aurei este mai involuntară ca niciodată". Cu alte cuvinte, efortul nu foloseşte la nimic când vorbim de practica spiritului. Vechiul concept Randolfian, "mai încearcă", îţi poate aduce eventual doar o durere de cap când este vorba de vizualizarea Aurei.

Experienţa primei-întâmplări

Jupiter, o tânără care abia începuse să vadă Aura povesteşte experienţa sa:

"Am văzut multe culori: albastru închis şi deschis, violet purpuriu, neon albastru - purpuriu, galben, turquoise, alb şi negru. Am mai vazut şi combinaţii de nuanţe de galben şi nuanţe de verde, de purpuriu şi albastru. Eu nu fac nimic pentru a-mi stimula abilităţile pentru a vedea Aura. Pur şi simplu mi se întâmplă acest lucru. Doar când sunt complet relaxată şi foarte odihnită, pot vedea Aurele la maximul lor. Când mă uit la cineva, de obicei văd doar culorile Aurei, dar câteodată trebuie să mă concentrez să văd culorile."

Din nou, poţi observa că lipsa efortului este factorul cheie în vizualizarea Aurei. Din acest motiv foarte mulţi copii au această abilitate, iar pe masură ce cresc şi devin mai stresaţi, abilitatea le slăbeşte. Jupiter spune că ea a început să vadă Aurele în joacă.

"Totul a început când mama mea şi eu am mers la o prietenă acasă pentru a vorbi cu ea. Ea ne-a întrebat dacă putem vedea Aura. Am spus că <nu chiar, dar am văzut un nor mare purpuriu deasupra capului> Ea a spus: <Wow! Poate că ar trebui să ne uităm la mama ta, şi tu să imi spui ce vezi, apoi eu iţi voi spune ce văd.> M-am concentrat asupra mamei mele, şi deasupra capului ei am vazut negru şi apoi alb, verde şi apoi purpuriu! Aşa că i-am spus prietenei noastre ce am văzut şi ea ne-a spus că a văzut acelaşi lucru. De atunci înainte am început să văd multe culori şi Aura parinţilor mei. Acum, toţi colegii mei de clasă mă roagă să le spun ce culori au Aurele lor. Le citesc Aurele, dar problema este că obosesc destul de repede şi pentru restul zilei trebuie să mă opresc."

Jupiter "a cerut permisiunea" de a vedea Aurele deoarece prietena mamei sale i-a confirmat ce a văzut şi i-a validat abilitatea. Este chiar aşa de simplu? Doar de atât este nevoie ca să vezi Aura?

Energia şi cele 5 simţuri

Janice Dye, o autoritate în tehnicile spirituale Reiki, spune că mulţi oameni experimentează Aura cu alte simţuri decât văzul. Ea crede că toate cele 5 simţuri pot fi folosite pentru a percepe energia: "Chiar dacă nu toţi oamenii sunt conştienţi de abilitatea lor de a vedea Aura, toţi o simţim printr-o combinaţie de simţuri la un nivel instinctual subconştient. Toţi suntem parte a aceluiaşi infinit, deci existăm deasupra graniţelor formei noastre fizice 3D. Nu trebuie să atingi o persoana pentru a simţi căldura energiei emise de Aura sa ." Dye spune că Aura este manifestarea energiei universale, cunoscută ca ch'i, sau ki. Nivelele cele mai apropiate de corp sunt energii mai dense - iar cele mai îndepartate de corp sunt energii mai subtile, energii spirituale. "Pentru a percepe în mod conştient nivelele mai subtile, trebuie să-ţi intensifici vibraţiile acestui nivel prin luminarea lui mai puternică.", spune Dye.

Primul pas, este să realizezi că "corpul fizic este o energie care vibrează cu frecvenţă foarte redusă ... noi nu suntem solide. Permiţându-ne să acceptăm acest adevar, înseamnă că ne eliberăm din graniţele realităţii noastre limitate şi a experienţei noastre 3D."

Dye mai vorbeşte şi despre ego-ul uman ca limita ce trebuie depăşită:

"*Acceptarea propriei expansiviăţi deasupra realităţii cunoscute, este eliberarea ego-ului. Ego-ul poate recepţiona doar din perspectiva 3D şi prin conceptul <Exist, deci cred că exist>. Viziunea Auristică este o ameninţare la adresa conceptului ego-ului, cum că noi existăm doar în formă fizică. Nu se poate realiza decât dacă se renunţă la frica de necunoscut.*

În mod intuitiv, începem să simţim că acolo <există ceva mai mult decât pot percepe ochii fizici>. Există energie densă şi energie fizică, dar şi energie care vibrează înalt şi nu este vizibilă. Aşa cum energia este stimulată cu mai multă energie, şi vibraţiile ei cresc."

Dye compara relaţia dintre Aură şi corpul fizic, cu relaţia

dintre apă şi abur. Ambele provin din aceeaşi energie, dar sunt forme diferite. Ne recomandă să folosim aceeaşi metaforă şi în cazul corpurilor noastre: "Corpul tău este recipientul în care Universul toarnă în mod constant energie. Când recipientul se umple, va fi vărsat înapoi în Univers, prin chakrele tale.

Transformarea în energie

Charles C. Goodin crede că aşa cum noi oamenii evoluăm şi ne transformăm în timp, ne vom extinde simţurile pentru a vedea energiile. "Vizualizarea Aurei este parte a pachetului imens ce include şi simţurile ce răsar din evoluţia sau involuţia umană. Cu alte cuvinte, o conştientizare profundă conferă acuitate simţurilor. Este greşit să separăm vizualizarea Aurei de celelalte simţuri. Oamenii vor începe să vadă Aura, să o miroase, să o guste şi să o audă". Goodin spune că solicitarea unui singur simţ poate duce la dezechilibru. Problema este că oamenii meditează în mod ocazional, dar se plâng de rezultate slabe. Câteva zile sau săptămâni de solicitare a simţurilor nu sunt suficiente. Disciplinele tradiţionale necesită muncă de o viaţă, chiar de mai multe vieţi pentru a obţine rezultatele scontate."

Ca şi Edgar Cayce, în eseul său "Aurele', Goodin notează că ne colorăm percepţiile celorlalţi, doar dacă îi privim prin propria noastră energie: "Este de reţinut că atunci când vă văd Aura, privesc prin propriul meu câmp Auric. Deci, culorile Aurei mele colorează şi percepţia voastra. Mulţi oameni ignoră acest lucru. De exemplu, dacă Aura mea este galbenă şi a ta albastră, te voi percepe în verde. Este un exemplu simplist, dar demonstrează foarte bine punctul de vedere expus."

Goodin recomandă deschiderea minţii pentru a accepta mai multe posibilităţi. Vizualizarea în absenţa judecăţii şi a percepţiei este foarte importantă. "Mulţi oameni care văd Aura sunt convinşi că o văd deoarece sunt foarte deschişi mental. Trebuie să îţi "educi" mintea până când ajunge ca o piscină adâncă plină cu apă limpede. Astfel se reduc interferenţele Aurei tale şi se vor

capta Aurele celorlalţi."

Goodin mai notează că toate lucrurile şi Fiinţele de pe Pământ au o Aura proprie. "Unii oameni consideră în mod greşit că Aura aparţine exclusiv oamenilor. Şi pietrele, şi chiar şi aerul pe care-l respirăm au propria Aură. Aceste Aure se văd cel mai bine când esenţa spiritului tău călătoreşte afară din corpul fizic, deoarece acolo nu există interferenţe între corpul fizic şi energia lui."

Şi practicanta Carol Beltz este de părere că viziunea Aurei ţine de toate simţurile, nu numai de văz. Părerea sa se bazează pe experienţele personale. În timp, a ajuns să creadă că Aura şi vibraţiile câmpului său se pot observa cu ajutorul tuturor celor 5 simţuri. "A fost mai simplu să simt vibraţiile ce erau eliberate prin pielea mea, decât să văd Aura. Foarte rar o văd. Cunosc oameni care mai degrabă miros Aura decât să o vadă. Cred că noi simţim un câmp energetic, şi apoi mintea noastră interpretează vibraţiile acelei energii prin intermediul simţurilor noastre. Subconştientul poate fi poarta către universul nostru mental. Interpretăm percepţia cu ajutorul simţurilor: văz, auz, miros, tactil şi gust, deoarece acestea ne sunt mult mai cunoscute."

Tehnici de amplificare a percepţiei energiei

Una dintre cele mai simple modălităţi de a vizualiza Aura, este privitul în oglindă şi concentrarea în centrul frunţii. Lăsaţi ochii să se relaxeze, şi "concentraţi-vă fin". După câteva încercări şi eşecuri, veţi vedea un nor de vapori sau lumină în jurul capului şi umerilor. La început vaporii vor fi destul de inconştienţi, dar imaginea va deveni mai puternică în urma încercărilor zilnice. Pentru a obţine rezultate cât mai bune, reduceţi lumina în cameră şi aşezaţi-vă în faţa unui fundal alb.

Alt mod sublim de vizualizare a Aurei, conectează foarte puternic omul cu natura şi mediul înconjurător, şi este descris de Regiena Heringa în primul volum al lucrării "Discursurile celor şase": "Întindeţi braţele către cerul albastru, iar degetele aproape să se atingă. Îndepărtaţi încet palmele una de alta, şi priviţi

spaţiul rămas între cele două palme. Vei vedea energia." Heringa mai recomandă pentru variaţia exerciţiului "să priveşti cerul şi împrejurul unui copac. Deconcentraţi-vă privirea la câţiva centimetri de copac şi veţi vedea energia. Nu priviţi prea mult timp, deoarece retina vă va obosi, şi veţi primi informaţii eronate."

Una dintre cele mai mitice abordări a Aurei aparţine a doua tinere americance. În experimentul copilăriei Catherine Bruce, s-a antrenat cu sora sa mai mică Anne Marie, frecându-şi frunţile împreună într-o mişcare circulară uşoară, astfel activând regiunea celui de al 3-lea ochi. Apoi şi-au atins nasurile şi ochii li s-au apropiat foarte mult. Uneori, practicând acest exerciţiu de apropiere psihică, îşi apropiau palmele şi le ascultau murmurul şi le priveau culorile. Îşi spuneau: "Vrei să mai jucăm jocul? Da sigur!" "Pune-ţi palmele pe faţa mea şi priveste-mă în interior." "Lipeşte-ţi nasul de al meu." "Să ne privim reciproc în ochi, şi să privim prin aceiaşi ochi." Sunt câteva din jocurile fetelor, până când au renunţat. Ani mai târziu, Catherine a fost încântată că şi logodnicul ei cunoştea şi practicase acele jocuri. Credea că ea inventase acele jocuri, dar logodnicul ei le învaţase de la un Yogi în Canada. Intimitatea dintre ei s-a amplificat.

Este foarte interesant că el executa exerciţiile în linişte din poziţia de lotus, în genunchi, prin apropierea degetelor de la mâini dar fără a se atinge. El începea jocul prin intrare în transă cu ochii inchişi.

Uneori, jucătorii nu vor vedea decât ochii, dar este şi acesta un început. Practicând în mod continuu aceste jocuri, vă veţi deschide al 3-lea ochi, veţi reuşi să aruncaţi o privire în sufletul celuilalt şi veti avea o viziune asupra Aurei celuilalt. Sunt jocuri extraordinare pentru inimă: calmează, induc dragoste şi pace.

Concluzie

Unii oameni se nasc cu viziunea Aurei "deplin functională." Alţii, trebuie să lucreze mai mult la deschiderea mentală, dorinţa şi abilitatea de a vedea Aura, prin relaxare şi practică. Aşa cum a

început şi Goodin, şi trebuie să ne amintim că furia, ura, nerăbdarea, oboseala, gelozia, avariţia şi multe alte caracteristici umane nu ajută, ele lucrează in detrimentul viziunii Aurice.

Acordaţi-vă atâta timp cât aveţi nevoie, şi începeţi exerciţiile câte 15 minute pe zi. Dacă 15 minute vă vor obosi sau enerva, practicaţi-le doar câte 10 minute, apoi în mod gradat creşteţi timpul. Obiectivul vostru este să vă distraţi în căutarea propriului psihic.

CUM SĂ PERCEPEM AURA

- 14 -

Jennifer Baltz

Urmatorul nivel de perceptie este să vezi un câmp energetic întins deasupra tuturor lucrurilor

James Redfield, "Profeţia Cerească"

Copii cu abilităţi psihice

Toţi ne naştem cu abilitatea de a vedea Aura, aşa cum ne naştem cu cele 5 simţuri. Toţi le avem, dar mulţi dintre noi nu le folosesc. De ce?

În "Profeţia Cerească", naratorul lui James Redfield descrie cum a văzut el pentru prima dată Aura unei plante: "Pentru un moment am crezut că am văzut o licărire de lumină, dar am concluzionat că era ori o imagine "de după", ori că ochii mi-au jucat o festă". A decis să nu dea o importanţă prea mare întâmplării.

Mulţi copii au abilitatea de a vedea Aura şi energia, până când parinţii şi societatea îi conving că "este doar imaginaţia lor". Gina Allan (1996), autoarea cărţii "Darurile Spiritului" spune că "in 1987 un sondaj la o şcoală particulară din Singapore, a arătat că 85% din elevii cu vârste cuprinse între 6 şi 22 de ani, puteau

vedea Aura."

Tinerii pot vedea energia mai uşor decât adultii, deoarece nu sunt încă convinşi că ceea ce văd este "fabricat", sau că au o afecţiune medicală oftalmologică! Societatea americană este în mod special adepta invalidării acestui tip de percepţie. Alte culturi sunt mai tolerante în acceptarea darurilor extrasenzoriale cu care suntem înzestraţi.

Copiii care se nasc cu abilităţi psihice deosebite, sau care nu pot să "scape" de acest dar nativ, vor avea de luptat mai mult pe măsură ce se maturizează. Cunosc o tânără hipersensibilă la energie de când era copil. Putea vedea energia din jurul său, şi putea auzi gândurile prin telepatie. Deseori termina propoziţiile începute de ceilalţi, fără să stea pe gânduri. Era o fată foarte studioasă şi a absolvit cu "10 pe linie". Este incredibil, dar talentele ai au facut-o şi să sufere .

Din cauză că prietena mea putea simţi energia pe care alţii nu o puteau simţi, reacţiona la lucruri minore, pe care în mod normal majoritatea le ignora. Se simţea izolată, a început să se interiorizeze şi chiar a început să poarte ochelari ca să nu mai vadă bine, astfel separându-se de ceilalţi copii. Părinţii credeau că este mai sensibilă, chiar prea sensibilă. S-a maturizat marginalizată, deoarece societatea în care trăim nu răsplateşte copiii cu abilităţi psihice deosebite, şi nici nu le recunoaşte abilităţttile.

Cum să-i recunoaştem pe cei înzestraţi psihic

Ce are de-a face acest lucru cu vizualizarea Aurei? Cum am menţionat şi în Capitolul 1, toţi avem abilitatea de a percepe Aura - prin văz sau prin alt simţ. Problema este că suntem programaţi în subconştientul nostru că nu este o idee bună să facem acest lucru.

Ca să începi să percepi Aura trebuie întâi să laşi în urmă frustrările şi concepţiile învechite, cum că: a) nu este real ceea ce vezi, b) eşti nebun, sau c) trebuie să mergi la oftalmolog!. Cu privire la ultimul punct, Edgar Cayce (1945) credea că oamenii au

început să poarte mai mult ochelari în ultima perioadă, datorita ***evoluţiei***. Este corect. El credea că purtăm ochelari din ce în ce mai mult din cauză că ochii noştri obosesc în încercările noastre asidui de a vedea Aura şi energia!

Cum ne descurcăm atunci? Cel mai simplu mod pe care-l cunosc este *să nu te străduieşti prea tare.* Cu cât te străduieşti mai tare, cu atât vei obţine rezultate mai slabe. Este garantat! Vizualizarea Aurei este unul din lucrurile care nu necesită efort. O grădină poate să arate minunat după ce s-a terminat o petrecere acolo, dar încercarea insistentă de a vedea Aura îţi poate aduce doar o durere de cap, şi nu vei mai încerca acest lucru a doua oară. Exerciţiile care urmează nu trebuie făcute mult timp. Lăsaţi-vă ochii şi corpul să se relaxeze. Amintiţi-vă că învăţaţi din nou că nu tot ce este general valabil funcţionează. Permiteţi-vă să nu vedeţi nimic la început, şi puteţi ajunge să experimentaţi mai mult decât vă aşteptaţi!

Întoarcerea la copilărie

Să înveţi despre Aură este o joacă de copii. Îţi aminteşti abilităţile pe care le aveai când erai copil – abilităţi care au fost închise în diferite stadii, pe măsură ce ai intrat în "viaţa reală".

M-am instruit la Institutul Berkeley, pe care noi îl mai numim şi Grădiniţa psihiatrică. Lewis Bostwick, fondatorul institutului, nu a avut de ales şi a instruit două tipuri de oameni. Primul tip, începătorii erau plini de entuziasm, şi trecuseră prin câteva experienţe ciudate, dar care nu aveau habar de acest domeniu. Apoi veneau profesioniştii şi mediumurile care aveau nevoie să înveţe cum să îşi controleze abilităţile. Ambele tipuri aveau nevoie să înveţe noţiuni de bază - echivalente psihic cu a te lega la şireturi înainte să mergi, sau să priveşti în ambele sensuri înainte să traversezi strada.

Înaintând în această problematică "ca un copil", vom beneficia de două avantaje:

1) Un copil se joacă şi se distrează. Ca adulţi, mulţi dintre noi au uitat să facă acest lucru. De câte ori te-ai jucat săptămâna

aceasta doar de dragul de a te juca, fără ca să-ţi controlezi agenda zilnică sau orarul? Dacă ne asemănăm, vei răspunde că *Nu prea des.* Joaca este plină de vibraţii înalte. Jucându-ne învăţăm, creăm şi realizăm cele mai importante lucruri în viaţă.

2) Un copil nu are nevoie de corectitudine, în sensul că poate să mai şi greşească, fără ca să îşi facă probleme din acest punct de vedere. Ca adulţi, am învăţat că întotdeauna trebuie să facem lucrurile exemplar. Am uitat să mai greşim, chiar refuzăm ideea de a greşi. Copiii fac greşeli şi învaţă din ele cu uşurinţă. Când nu poţi greşi, nu poţi învăţa, nu poţi evolua. Este o judecată logică foarte simplă. În evoluţia mea pe cale spirituală, m-am oprit asupra lucrurilor care am uitat că nu sunt OK, am greşit şi apoi m-am întors şi am luat jocul de la capăt. Când îţi asumi greşelile înseamnă că ajungi undeva, dar când vezi o greşeală ca pe un sfarşit, îţi pierzi flexibilitatea, şi mare parte a conştiinţei. Aşa că, fii din nou copil, şi începi din nou să te joci cu şi în lumea aceasta miraculoasă şi magică.

Imaginaţia

Nu accidental al 3-lea ochi al tău (a 6-a chakră), este locul atât al clarviziunii cât şi al imaginaţiei. Folosim acelaşi mecanism pentru a ne imagina ceva şi pentru a vedea prin clarviziune. Există o uşoară limită între imaginaţie şi clarviziune! De mai multe ori mi s-a întâmplat când citeam să cred că imaginile sălbatice din carte sunt de fapt în imaginaţia mea, rodul imaginaţiei mele care îmi joacă feste. Oricum, împart părerile cu pacienţii mei, pentru că niciodată nu ştiu ce pot însemna ele pentru fiecare persoană. În majoritatea cazurilor, clientul spune: "Pentru Dumnezeu, de unde ai ştiut?! Ai perfectă dreptate!" Aşa că îţi dau un sfat: dacă te gândeşti că îţi imaginezi lucruri, mai gândeşte-te o dată!

Exerciţii de conştientizare a Aurei

1) Desenarea modelelor energetice (BPI 1989)

Materiale de care ai nevoie: O cutie de creioane colorate, coli de hârtie, propria imaginaţie.

Să ne întoarcem în camera de joacă. Scoate la îndemână creioanele şi hârtia şi desenează persoanele pe care le cunoşti, locurile pe care le-ai vizitat, casa ta, câinele şi pisica ta. Creionează-le figurile aşa cât poţi - nu încerci să fii Leonardo da Vinci.

După ce desenezi pisica, întrebă-te "dacă Fluffy ar fi înconjurată de o energie de o anume culoare, cum ar fi?" Colorează ceea ce ţi-ai imaginat, culorile în jurul pisicii. Fă acelaşi lucru cu toate imaginile pe care le-ai desenat. Desenează-ţi camera şi întreabă-te ce culoare ar avea energia din cameră în acel moment, după care colorează ce îţi imaginezi.

Secretul este dublu aici: Prima dată, nu judeca ce vezi. Chiar dacă îţi place sau nu ce vezi, desenează oricum. Nu încerca să schimbi culorile după bunul plac. Al doilea secret este să ai încredere. Dacă tot ce vezi este negru, atunci colorează cu negru. Ai încredere în ceea ce vezi, întotdeauna. Dacă are sau nu sens pentru tine, ceea ce vezi, chiar există acolo, undeva.

Cum te poate ajuta acest joc:

1. Îţi sporeşte imaginaţia şi abilitatea de clarvăzător.
2. Te ajută să gândeşti în termenii energetici şi ai culorilor.
3. Îţi schimbă perspectiva.
4. Te învaţă mai degrabă să vezi şi să simţi, decât să analizezi.
5. Te ajută să începi să vezi energia

2) Perceperea Aurei unei plante

Materiale de care ai nevoie: Plante - poţi realiza acest exercitiu în casă sau în aer liber, aşa că şi plantele din gradină şi cele de interior vor fi potrivite.

Începi prin activarea chakrei din palme, aşa cum ai învăţat în

Capitolul 12. Apoi abordează o plantă sănătoasă. Cu mintea liberă (fără intenţii clare), mişcă-ţi încet palmele spre plantă şi vezi dacă simţi forţa energiei de viaţă în jurul ei. S-ar putea să trebuiască să te apropii destul de mult pentru a simţi energia. Întreabă-te dacă în cazul în care această plantă ar avea o Aură proprie, cât de departe/aproape se află ea de plantă. Dacă ar exista un câmp colorat în jurul plantei, cum ar fi acesta? Notează ce percepi, ce auzi, sau ce simţi ca răspuns la aceste întrebări. Oricare ar fi răspunsul, este cel corect.

Poţi repeta experimentul şi cu plante bolnave. Mă încântă să simt energia lor, după care îmi place să le vorbesc şi să le cânt pentru un timp. Îmi place să le spun cât sunt de verzi şi de puternice. Pare aberant, dar încercaţi totuşi! S-au făcut cercetări, şi s-a ajuns la concluzia că plantele au emoţii şi sentimente. Dacă eşti "un deget maro" vei percepe energia plantei în micşorare - plantele par să ştie când în preajma lor se află un criminal de plante.

3) Perceperea Aurei altei persoane (BPI 1989)

Materiale de care ai nevoie: Un partener cu mintea deschisă şi disponibilitatea ta de a te amuza. Ambele sunt esenţiale.

Staţi faţă în faţă cu partener, la cel putin 6 metri distanţă. Începeţi prin activarea chakrei din palme, aşa cum aţi învăţat în Capitolul 12. Întindeţi apoi braţele şi deplasaţi-vă încet către partener. Ceea ce veţi simţi va fi limita energetică a Aurei lui/ei. Observaţi mai departe dacă se schimbă ceva în palme (poţi simţi căldura, mâncărime, energie, presiune sau orice altceva)

Dacă întâmpini probleme, înseamnă că Aura partenerului este mai la departare, mai extinsă. Unii oameni au o Aură foarte extinsă poate chiar până în China! Dacă te afli în interiorul acelei Aure, nu vei putea să-i percepi limitele! Ieşiţi din acel cerc şi reluaţi exercitţiul.

Aveţi răbdare, şi mai ales nu vă străduiţi prea tare! Amintiţi-vă că trebuie să vă distraţi în timpul acestor exerciţii şi notaţi tot

ceea ce simţiţi. Vă va ajuta la validarea experimentului.

4) Perceperea energiei

Materiale de care ai nevoie: Un fundal alb sau negru (un perete sau paravan) şi o plantă de interior.

Plasează planta în fata fundalului şi retrage-te. Relaxează-ţi ochii (dacă porţi ochelari, renunţă la ei pe timpul exerciţiului). Aruncă din când în când câte o privire spre plantă, dar din lateral şi nu pentru mult timp. Respiră adânc şi vezi că observi în jurul frunzelor: o "foşneală", sau un licăr de lumină. Poţi vedea o culoare sau o energie foarte slabă. Încearcă de câteva ori, dar între exerciţii ia pauză câteva minute. Cu alte cuvinte, nu-ţi petrece trei ore în continuu pentru a vedea Aura! Acţionează treptat!

Ce-ţi poate aduce acest exerciţiu:
1. Deschide clarviziunea
2. Te ajută să conştientizezi energia din jurul vietuiţoarelor.
3. Te învaţă cum să crezi ceea ce vezi

5) Poveşti despre oameni

Materiale de care ai nevoie: Tu însuţi, imaginaţia ta, şi un loc plin de oameni. Un prieten cu mintea deschisa este foarte folositor în acest exerciţiu.

Începe prin a te întreba ce crezi despre un bărbat din mulţime. Este el căsătorit? Are copii? Ce profesie/funcţie are? Are un animal de casă? Care este culoarea lui favorită? Este extrovertit?

Ai încredere în primul răspuns pe care ţi-l va oferi mentalul la fiecare întrebare. Tu şi prietenul tău puteţi compara observaţiile făcute separat, sau chiar puteţi ajunge la ele împreună.

Poţi face acelaşi exerciţiu cu obiecte în loc de oameni. Locul

meu preferat pentru "a citi" obiectele este muzeul. Îmi pun întrebări despre fiecare obiect de care sunt interesat, şi permit răspunsurilor să apară. De mare ajutor poate fi atingerea obiectelor, dar nu le atingeţi dacă supraveghetorul de sală nu vă permite acest lucru! Într-un pelerinaj pe care l-am facut într-o viaţă trecută în Grecia, am descoperit că în spatele fiecărui monument stătea un omuleţ care te pândea să nu atingi statuia. Dacă făceai acest lucru, el spunea: "Vă rog nu atingeţi statuia!" Aceste intervenţii vă pot zădărnici concentrarea!

Ce-ţi poate aduce acest exerciţiu:

1. Te ajută să-ţi eliberezi imaginaţia, şi clarviziunea (situată în chakra sprâncenelor)
2. Îţi amplifică acuitatea observaţiei;

PERCEPŢIILE AURICE
- 15 -

Câmpul uman unic nu reacţionează sau interacţionează în mod deosebit; el acţionează deoarece ia decizii în mod dinamic. Aici, materia şi energia, mintea şi spiritul, nu sunt lucruri diferite, sunt doar aspecte ale unei realităţi extinse.

Valerie Hunt, "Mintea Infinită"

Energia jucăuşă în întuneric

Există câteva tehnici care îţi pot intensifica gradul de conştientizare al energiei care pluteşte prin lume şi prin Aurele noastre. Încercaţi aceste lucruri singuri, sau în compania unui prieten apropiat, şi vedeţi ce se întâmplă.

Plasaţi-vă într-o cameră întunecată, neluminată în nici un fel. Respiraţi adânc de câteva ori şi relaxaţi-vă. Priviţi foarte atent în întuneric, şi ce vedeţi? Este întuneric complet, nimic în jur, sau poate că este ceva? În timp ce vă relaxaţi în ritmul respiraţiei, priviţi adânc în întuneric. Veţi începe să observaţi particule de

energie slabă care plutesc şi dansează în întuneric. Dacă continuaţi să priviţi, veţi vedea cum particulele de energie încep să prindă formă şi contur.

După ce veţi savura câteva momente ale acelui dans cosmic al energiei din întuneric, aprindeţi o lumânare şi aşezaţi-vă în faţa ei. Puteţi să staţi picior peste picior, în poziţie de lotus, sau din stând pe scaun cu picioarele atingând podeaua. Păstraţi-vă coloana perfect dreaptă. Concentraţi-vă atenţia pe flacără. Cu fiecare expiraţie, energia trebuie să fie îndreptată şi extinsă către centrul luminii. Veţi observa cât de uşor este să vezi Aura flăcării, strălucirea luminii lumânării care se extinde ca un halou de lumină.

Pe masură ce continuaţi să vă concentraţi asupra flăcării, veţi observa că haloul se extinde. Energia se va deplasa din tine spre flacără, şi în direcţie inversă. Aura se va extinde şi va inunda cu lumina ei toată încăperea.

În acest moment veţi vrea poate să închideţi ochii şi să priviţi în întunericul interior. Incursiunea în interiorul propriei Fiinţe vă va arăta că inima funcţionează asemenea lumânării. Deplasaţi conştiinţa în centrul inimii şi veţi putea vedea energia care radiază în mod constant din interior. Permiteţi-vă luxul de a vă afla în centrul energiei dragostei. ("Exerciţiul poate fi intensificat când este practicat cu ajutorul unei alte persoane. Amândoi vă veţi concentra asupra luminii lumânării, şi veţi observa că flacăra va creşte rapid şi Aura va fi foarte strălucitoare în timp foarte scurt.)

Viziunea în oglindă

Poţi experimenta acelaşi tip de concentrare pentru a-ţi vedea propria Aură. Aşează-te în faţa unei oglinzi (un fundal alb în spatele tău este foarte indicat). Dacă starea de "concentrare blândă" pe care o vei dobândi ţi se va părea o luptă, înseamnă că nu procedezi aşa cum trebuie. Acest tip de concentrare seamănă într-un fel cu starea în care visezi cu ochii deschişi. În acest caz, ai viziunea visului cu ochii deschişi, dar cu toată concentrarea pe

reflecţia din oglindă. Primul lucru pe care îl vei putea observa este un strat subţire de lumină albă sau galbenă, aproape de cap. În timp ce continui să radiezi energie cu fiecare expiraţie, priveşte cum se extinde energia. Energia se deplasează şi îşi schimbă forma, deseori fiind văzută ca fascicule sau fum. Practica te va ajuta să identifici culorile. Deseori oamenii vor raporta modificări sau imagini mai puţin familiare. Nu ar trebui să vă alarmaţi sau să vă speriaţi. Cu cât energia şi lumina se vor intensifica, cu atât corpul tău va fi mai puţin dens.

Când vei încerca să vezi Aura altor persoane, îţi recomand să găseşti un partener în compania căruia te simti foarte confortabil. Dacă veţi încerca reciproc să vă tatonaţi câmpurile energetice, vă veţi relaxa total. Dacă veţi fi conştienţi de propria stare, sau vă va fi frică să invadaţi spaţiul unei alte persoane, nu veţi putea să identificaţi câmpul Auric.

Câmpul energetic al Aurei în natură

Dacă toate lucrurile sunt create din energie, atunci toate ar trebui să aibă o Aură. Cel mai indicat mod de a identifica câmpul energetic, este să evadezi în natură. Animale, roci, copaci şi vegetaţie, sunt toate extrem de deschise şi receptive la atenţia pe care le-o acorzi. Aşează-te într-un loc confortabil şi captează lumina pădurii. Admiră frumuseţea darurilor naturii cu aceeaşi concentrare cu care ai abordat lumina lumânării. Aminteşte-ţi că pentru mare parte a vieţii ai fost programat să vezi doar energia foarte densă. Ai fost învăţat să priveşti mai degrabă obiectele solide decât spaţiul dintre ele.

Lasă-te purtat spre acel spaţiu şi începi explorarea. Abilitatea ta de a vedea energia, este exclusiv nativa. Permite-ţi să EXIŞTI şi să crezi în abilitatea ta de a vedea cu ochii minţii, este o reflecţie a adevaratei tale identităţi. Lasă dragostea şi lumina să te călăuzească. Ascultă-ţi inima pentru că ea te va duce către adevar.

"CURĂŢAREA" CÂMPULUI AURIC
- 16 -

"... fii recunoscător Marelui Spirit pentru viaţa ta ... dacă te opreşti şi spui <u>mulţumesc</u>, poţi să simţi cum totul se deschide în interiorul tău, din cap până în picioare. Lumina te va inunda, şi tu vei radia energie."

Lynn Andrews, Shaman, scriitor şi profesor

A da şi a primi energie

De câte ori pe săptămână ţi se întâmplă "să-ţi cadă" energia, şi totul pare să meargă prost, şi tu te simţi obosit şi la limită?

Karyn, fosta secretară, se simţea extenuată la sfârşitul zilei. Îi trebuiau câteva ore în fiecare seară pentru a se "recupera" şi pentru a putea să se bucure de viaţă în continuare. Toată ziua lucra în slujba şefilor şi în compania colegilor. Toţi aveau nevoie de câte ceva, şi ea le îndeplinea cererile. Dar lui Karyn îi rămânea foarte puţină energie pentru sine însăşi.

Vă sună cunoscută situaţia? Chiar dacă eşti secretară, inginer sau instalator, sunt situaţii în care te simţi ca şi cum ai fi stors de energie de către altă persoană, sau de un anume proiect în care ai fost implicat. Deseori această stare nu are legatură cu activitatea fizică depusă în acel proces.

A da ...

Iată cum funcţioneaza sistemul. Aura ta are o anumită cantitate de energie care o face funcţională. Dacă o persoană, un proiect (sau chiar animalul tău de casă) au nevoie de energie, tu le vei oferi o parte din energia ta. Oferirea din propria energie altor persoane/animale/lucruri, nu este o calitate exclusivă oamenilor. Dacă o persoană conştientizează o vină,

responsabilitate, amintirea unei relaţii trecute, sau dacă doar îţi aminteşte de mama ta, fără să îţi dai seama îi poţi oferi din energia ta .

Eu am oferit din energia mea fără să îmi dau seama, în locuri ciudate şi unor oameni pe care nu îi văzusem niciodată, îmi erau necunoscuţi. Preoţii, funcţionarii şi centrele comerciale se pare că sunt preferatele mele. Până am învăţat să mă echilibrez (vezi exercitiile care vor urma în acest capitol), deseori mă simţeam obosit şi dezorientat în aceste spaţii şi în compania acestor persoane.

Nu trebuie să placi pe cineva ca să îi oferi o parte din energia ta, şi nici nu trebuie să fii în aceeaşi încăpere cu acea persoană. Există o energie interschimbabilă între toţi oamenii. Se poate întâmpla între familii aflate la mii de km distanţă, prin telefon, şi chiar fără el! Deseori acest schimb de energie se produce inconştient, ceea ce înseamnă că nu eşti conştient că se întâmplă. Funcţionează pe baza conceptului descoperit de fizica cuantică. Particulele de energie se afectează reciproc, chiar dacă sunt despărţite mii de km. Tot aşa se întâmplă şi cu oamenii.

... şi a primi energie

La fel de bine tu poţi primi energie de la altă persoană. Ai simţit vreodată un fior cald ce îţi brăzda spaţiul în timp ce discutai cu un amic, sau cu partenerul (partenera)? Nu era altceva decât energia acele persoane care îţi invada spaţiul personal. Persoanele respective îţi cedează şi ţie din energia lor. Bioenergeticienii îşi canalizează şi ei propria energie către pacienţi - aceasta doar dacă preferă energia personală în locul energiei universale. Energia universală funcţionează mult mai bine în terapie, şi folosirea ei înseamnă că emiţătorul îşi păstrează propria energie, acolo unde îi este locul: în Aura!

Uneori, este foarte uşor să preiei şi alte feluri de energie: problemele celorlalţi. Ţi-ai ajutat vreodată cel mai bun prieten care trecea printr-o criză personală, după care tu te-ai simţit groaznic? Nu erai secătuit de putere, ci doar te simţeai psihic

dezorientat şi disperat.

Se întamplă din cauză că prietenul tău are o problemă, iar tu permiţi ca o parte din energia acestuia să îţi parvină. Cu alte cuvinte, iei asupra ta o parte din energia care l-a făcut pe prietenul tău să se simtă rău. Acest lucru se întâmplă zilnic, şi nimeni nu este imun la acest fenomen.

Schimbul de energie este fenomen specific lumii în care trăim. Suntem parte a reţelei care funcţionează cu energia vieţii. Energia şi informaţia trec de la o persoană la alta cu mare viteză. Este perfect normal să preluăm din energia şi problemele celorlalţi, dar tot aşa de normal este să o eliberăm din nou la rândul nostru, către alte persoane sau sisteme. De multe ori acţionăm în acest fel, însă, unele probleme par să se agaţe de noi mai insistent. Sunt situaţiile în care nu putem să nu ne gândim la un anumit lucru, oricât de tare am încerca să nu o facem!

Vă vom prezenta câteva modalităţi pe care să le folosiţi spre a vă "curăţa" Aura, şi să vă revitalizaţi rapid. Sunt tehnici străvechi care vă vor ajuta "să aveţi o zi bună".

Echilibrarea / ÎmPământarea (BPI 1989)

ÎmPământarea, sau conectarea cu Planeta Pământ, este o tehnică la fel de veche ca şi dealurile, şi puteti să o interpretaţi în mod literal. Este o tehnică pe care o predau scoli mistice şi programe, cum ar fi Reiki, cursul Barbarei Brennan, Institutul Psihiatric Berkeley, şi Roşicrucianismul.

Ai auzit expresia "Mă simt echilibrat/înrădăcinat", sau "Instruirea sa îşi are rădăcinile în această tradiţie". Electricienii folosesc un fir de ÎmPământare pentru a directiona energia în altă parte, pentru ca ei să poată lucra în siguranţă. ÎmPământarea înseamnă de fapt propria conectare cu Pământul, şi permiterea energiei să se elibereze prin acel traseu creat.

Există variaţii ale conceptului de îmPământare. Populaţia triburilor şi animalele sunt îmPământate în mod natural. Cultura noastră super-mecanizată, a făcut din aceasta o artă pierdută. Prin îmPământare, suntem perfect conectaţi cu Pământul. Energia

planetei trece prin picioarele noastre, în corp, şi ne ajută să ne eliberăm de stres, de problemele celorlalţi şi de orice alte situaţii. Conectarea cu Pământul ne face să conştientizăm mai bine mediul în care trăim. Cum credeţi că realizează un câine că va avea loc un cutremur? Bineînţeles că prin conectarea sa cu Pământul.

Orice metodă de îmPământare este preferată lipsei de îmPământare. De ce? Pentru că îmPământarea este garanţia siguranţei. Te va ajuta să soluţionezi probleme dificile cu o mai mare uşurinţă.

Poţi să stai aşezat dar şi în picioare când eşti îmPământat, poţi sta chiar întins, să te afli într-o maşină în mişcare, sau într-un avion. Cel mai bine simţi că eşti îmPământat atunci când stai în picioare.

Iată cum se procedează:

Întâi respiră adânc şi află unde este baza coloanei tale vertebrale. Îţi aminteşti chakrele? Chakra de bază este localizată la baza coloanei vertebrale. Este cel mai bun punct pentru îmPământare - nu degeaba se numeste chakra de bază, sau chakra radacină!

Celalalt punct este centrul Planetei Pământ. Unora le place să-şi imagineze că acest centru este ca un cristal luminos, altora le place să creadă că este o lavă fierbinte. Ambele viziuni sunt potrivite.

Acum, imaginează-ţi că arunci o ancoră foarte grea legată cu o frânghie groasă, din chakra ta de bază, direct în centrul Pământului, la 3.900 de km adâncime. Priveşte mental imaginea, şi vezi când ancora atinge centrul Pământului.

Observă cum te simti conectat cu Planeta Mamă. Plimbă-te în jurul oamenilor şi discută cu ei, şi vezi dacă lucrurile ţi se par altfel, sau mai solide când esti încă conectat.

Poţi folosi şi alte imagini, dacă imaginea ancorei nu ţi se pare potrivită. O pădure care prin rădăcinile copacilor ajunge la centrul Pământului şi îl înconjoară, o sondă gigantică, o cascadă de apă care ajunge şi ea în miezul Planetei noastre, sau un fascicul laser care pătrunde până în centrul Pământului, pot fi imagini

funcţionale în experimentul nostru. Orice imagine care te va ajuta să te simţi mai conectat cu Pământul, este potrivită.

Eliberare prin îmPământare

Prin îmPământare, orice energie care nu îţi aparţine, va fi eliberată. Altfel spus, daca nu îţi aparţine, o dai mai departe! Te poţi elibera de energia altor persoane: a şefului, a mamei tale, a partenerului de viaţă, a animalului de casă, sau a vecinului enervant. Te poţi elibera de energia proiectelor în care eşti implicat sau a obligaţiilor pe care le ai: loc de muncă, facturi de plată, etc.

Când eliberezi energie din propriul spaţiu interior, nu te aştepta să scapi de acea persoana sau problemă, definitiv. Vei observa însă că abordezi problema în mod diferit. O factură ce îţi părea imposibil de plătit, devine acum ceva cu care te poţi confrunta. Şeful pare să îţi acorde mai mult credit, iar mama ta pare să fie mai înţelegătoare decât era ieri. Acum poţi să-ţi permiţi să te joci cu copiii şi să te relaxezi câteva ore, în condiţiile în care ieri trebuia să finalizezi un proiect important. Poate că te vei simţi mai puţin vinovat că refuzi copiilor jucăria de ultimă generaţie. ÎmPământarea îţi conferă o gură de aer proaspăt.

Alte aspecte: ÎmPământarea nu poate fi niciodată prea largă/puternică/totală. Te poţi conecta cu Planeta Pământ, oricând, în orice loc - chiar şi în avion! Îi poţi conecta cu Pământul chiar şi pe cei din jurul tău, doar prin vizualizarea conexiunii dintre ei şi Pământ. Acelaşi lucru îl poţi realiza cu maşina ta sau cu casa. ÎmPământarea este o activitate asigurătoare - nu te va răni niciodată nici pe tine, nici pe altcineva, şi nu include "magie neagră". Doar reinstalează conexiunea cu Planeta, pe care o considerăm casa noastră. Încearcă, şi vezi ce se întâmplă!

Încărcarea Aurei

Ca şi uleiul din motorul maşinii tale, Aura se poate subţia. Când Aurei tale îi slăbeşte energia, te simţi obosit şi descurajat.

Poţi gândi în reprize, pauzele reprezentând energii negative care intervin. Este o idee foarte bună să oferim zilnic energie Aurei noastre, pentru a înlocui ce am pierdut.

Ideea acestui exercitiu este să îţi imaginezi cum îţi alimentezi Aura cu energie. Energia pe care o chemi înapoi spre câmpul energetic al Aurei tale, este aceeaşi pe care o dai celorlalţi în timpul zilei. Se poate spune că reclami energia pe care ai împrumutat-o celorlalţi pentru scurt timp.

Cum acţionezi

Poţi folosi o mulţime de imagini: sonda gigant, cascada, soarele auriu, o minge imensă albastră - depinde de preferinţele tale. Să folosim imaginea sondei.

Imaginează-ţi o sondă gigant deasupra capului tău. Vizualizează cum se umple cu energia forţei tale de viaţă. Hotărăşte că orice energie care pleacă de la tine va fi atrasă înapoi ca de un magnet. Poţi să spui cum va fi adusă înapoi. Uneori văd imagini mentale ale locurilor şi oamenilor pe care i-am împrumutat cu energia mea: proiecte, prieteni, familie, amintiri, aşteptări.

Când sonda se umple cu energie, alege culoarea energiei. Vezi Capitolul 6. Cum te simti? Strălucitor şi împlinit? Încearcă auriul. Împăcat, spiritual şi senin? Încearcă violet. Echilibrat şi centrat? Şi albastru şi verde pot fi o alegere bună, dar alege o culoare care să te facă să te simţi bine. Amestecă energia în sondă ca să ai certitudinea că toată energia va vibra la culoarea aleasă.

Apoi, toarnă încet energia în propriul tău spaţiu. Poţi închide ochii şi priveşte cum îţi invadează fiecare celulă, te energizează şi te revitalizează. Când corpul tău va fi plin, vizualizează cum se umple şi Aura ta (BPI).

Cand să încarci

Poţi începe să încarci când eşti bolnav, când eşti doar răcit, înainte să porneşti maşina, în mijlocul unei zile cu o agendă foarte

încărcată, sau oricând ţi se pare că ai nevoie. Nu poţi exagera niciodată. Mulţi dintre noi suntem într-o continuă stare slabită. Suntem obişnuiţi să dăm celorlalţi energie, mai mult decât suntem obişnuiţi să ne încărcăm propriile baterii. Preocuparea pentru propria stare de bine înseamnă până la urmă egoism, nu?! Egoism nu este un termen peiorativ. Fiţi egoişti mai des – vă veţi simţi mai fericit şi mai puţin stresat!

Ce poate face acest exerciţiu pentru tine:

1. Îţi dă mai multă energie.
2. Te ajută să dobândeşti o vibraţie specifică, o anume dispoziţie. De exemplu: dacă eşti agitat şi vrei să te calmezi, captează violet sau albastru. Îţi poţi reseta Aura şi dispoziţiile.

O călătorie pe viaţă

Conştientizarea energiei nu se dobândeşte instantaneu, şi nu o înveţi o singură dată. Este un proces, o desfăşurare de revelaţii şi informaţii. Chiar când crezi că ai înţeles tot şi vezi tot, atunci îţi apare o necunoscută cu care nu ştii să lucrezi. Mie îmi vin răspunsuri când mă aştept mai puţin, din surse pe care uneori nu le iau în seamă. Una din revelaţiile mele cele mai profunde am avut-o când stăteam la rând la casă într-un supermarket! Pune-ţi întrebări despre Universul care te înconjoară, şi permite răspunsurilor să apară sub orice formă.

Exerciţiile şi experimentele pe care le-am prezentat în această lucrare, se pot face de sute de ori, dar şi rezultatele pot fi tot atât de numeroase. Intenţia conştientizării nu este neapărat de a forma experţi în domeniu. Intenţia este de a cunoaşte prezentul, de a experimenta minunile şi misterul vieţii în diverse forme.

Fie ca bucuria să vă lumineze viaţa !